

19. Mai 2011

Bei Herpes gilt: Küssen verboten

Apotheker im Land Brandenburg geben Tipps zur Vorbeugung

- Herpes-Viren sind kaum aufzuhalten. Vor allem wenn das Immunsystem geschwächt ist, brechen sie aus und verursachen schmerzende Bläschen an der Lippe.

- Der überwiegende Teil der Bevölkerung trägt den Virus in sich. Jeder Fünfte leidet zum Teil mehrmals im Jahr daran.

Potsdam – Dieses Virus ist wirklich hinterhältig: Es überträgt sich durch direkten Kontakt, breitet sich entlang der Nervenbahnen aus, verharrt dort in einem Schlummerzustand und wird erst bei geschwächtem Immunsystem aktiv. Die Rede ist vom so genannten Herpes-simplex-Virus. Rund 90 Prozent der Bevölkerung tragen dieses Virus in sich, bei etwa jedem Fünften bricht er aus, und das immer wieder. Wie man die Leiden bei Lippenherpes lindert, wissen die Apotheker im Land Brandenburg.

„Herpes ist wirklich sehr unangenehm“, sagt Monika Harms, Beauftragte für Öffentlichkeitsarbeit im Land Brandenburg. Die Lippen schwellen an, es brennt und es bilden sich schmerzende Bläschen. „Die Viren werden unter anderem durch Sonneneinstrahlung aufgeweckt, aber auch Fieber, Erkältungen, seelische und körperliche Belastungen oder auch Ekelgefühle können als Auslöser in Frage kommen“, zählt die Apothekerin auf. Wenn der Herpes einmal da ist, könne es dauern bis er wieder verschwindet. Erst nach acht bis zwölf Tagen heilen die Bläschen aus. Deshalb raten die Apotheker im Land Brandenburg dazu, schon bei den ersten Symptomen wie Juckreiz und leichter Rötung eine Herpes-Salbe aus der Apotheke zu verwenden.

„Es gibt keine ursächliche Therapie gegen die Herpes-Viren“, stellt Harms fest. „Die einzige Möglichkeit ist es, die Symptome zu behandeln. Wer Herpesbläschen an den Lippen hat, muss noch einmal besonderen Wert auf die Hygiene legen und die Bläschen möglichst nicht anfassen,“ rät die Apothekerin. Ansonsten könne das Virus auf andere Körperstellen wie Augen oder Genitalien übertragen werden. Das ist auch der Grund, warum man beim Küssen vorsichtig sein sollte.

Die Apotheker im Land Brandenburg empfehlen, dem Ausbruch der Erkrankung durch die Stärkung des Immunsystems vorzubeugen. „Für Menschen, die mehrmals im Jahr unter Herpes leiden, ist eine ausgewogene und gesunde Ernährung besonders wichtig. Sport und weitere regelmäßige Entspannungsmöglichkeiten können dafür sorgen, dass sich die Herpesviren erst gar nicht regen.“

Tipps gegen das Herpes-Virus

- Das Berühren oder Aufkratzen der Bläschen vermeiden, denn damit werden die Hände infiziert, die das Virus auf andere Körperstellen übertragen können.

- Während der Erkrankung keine Handtücher, Bestecke oder Gläser mit anderen teilen.
- Wegen der Ansteckungsgefahr auf Küssen verzichten.
- Zum Auftragen von Salben oder Cremes empfiehlt sich ein Wattestäbchen.

Bildzeile:

Lippenherpes ist zwar meist harmlos, aber für den Betroffenen sehr unangenehm. Auf zärtliche Küsse sollte wegen der Ansteckungsgefahr lieber verzichtet werden. Je früher man Herpes behandelt, desto eher wird man die lästigen Lippenbläschen wieder los, wissen auch die Apotheker im Land Brandenburg.

Foto: Alois Müller/Abdruck honorarfrei

Für Interviewwünsche stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung:

Apothekerin Monika Harms, Telefon: 0331-888660

Falls ich einmal nicht erreichbar bin, wird Ihnen unter 0331-888660 weitergeholfen.

Herausgeber:

Landesapothekerkammer Brandenburg

Telefon: 0331-888660

Fax: 0331-8886620

Apothekerverband Brandenburg e.V.

Telefon: 0331-888650

Fax: 0331-8886540

Am Buchhorst 18

14478 Potsdam

Kontakt:

Apothekerin Monika Harms

Landesapothekerkammer Brandenburg

Am Buchhorst 18

14478 Potsdam

Tel. 0331-888660

Fax 0331-8886620