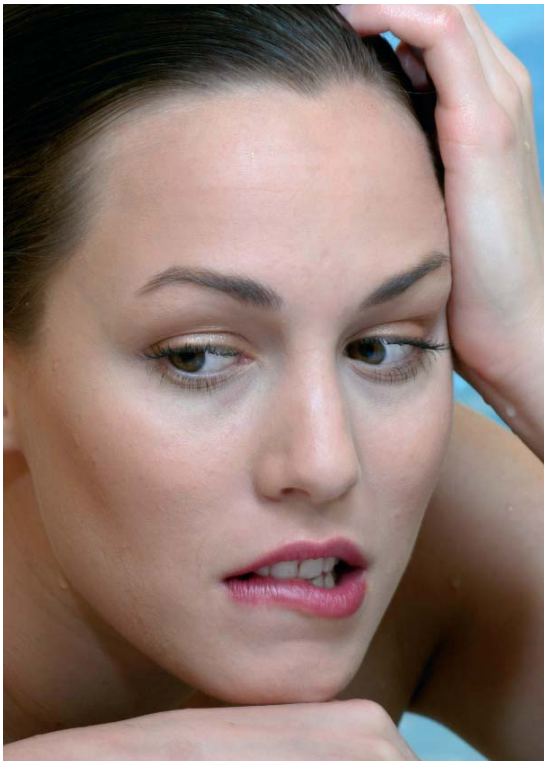




Lippenherpes – was kann ich tun?

Ratgeber für Patienten



Inhaltsverzeichnis

| | |
|---|----|
| Was ist Lippenherpes? | 4 |
| Was geschieht bei einem Ausbruch? | 5 |
| Wann kommt es zu einem Ausbruch? | 8 |
| Was kann ich bei Lippenherpes tun? | 10 |
| Wie wird Virzin Lippenherpescreme angewendet? | 12 |
| Was muss ich sonst noch beachten? | 13 |

Liebe Patientin, lieber Patient,

Kennen Sie das?

Plötzlich tauchen sie auf: honigfarbene, juckende, flüssigkeitsgefüllte Bläschen an Ober- oder Unterlippe, meist begleitet von Schmerzen in diesem Bereich. Gleichzeitig schwillt die Lippe an und verleiht dem Betroffenen ein – mehr oder weniger – groteskes Aussehen, welches noch zusätzlich die Belastung durch die Erkrankung erhöht. Bleibt die Erkrankung unbehandelt, kann es bis zu zwei Wochen dauern, bevor sie – meist spurlos – wieder abgeheilt ist.

Wenn Ihnen diese Beschreibung nicht fremd ist, weil Sie mindestens einmal oder sogar mehrmals im Jahr damit zu kämpfen haben, gehören Sie zum großen Kreis der durch Lippenherpes Betroffenen.

Dermapharm möchte Ihnen mit dem vorliegenden Ratgeber einige hilfreiche Informationen und nützliche Tipps zum Umgang mit dieser Erkrankung an die Hand geben.

Wenn Sie zusätzlich die Anweisungen und Empfehlungen Ihres Arztes genau beachten, ist Ihr Behandlungserfolg am größten.

Zu näheren Informationen fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

Was ist Lippenherpes?

Das Wort „Herpes“ stammt aus dem Griechischen und bedeutet soviel wie „schleichender Schaden“. Gemeint ist damit eine Infektionskrankheit, die durch eine Gruppe von Viren, die sog. Herpes-Viren, hervorgerufen wird.

Verantwortlich für die Erkrankung „Lippenherpes“ ist im wesentlichen ein Subtyp des *Herpes-simplex-Virus*: *Herpes simplex labialis* oder auch HSV 1. Ein zweiter Subtyp dieses Virus ist im wesentlichen verantwortlich für Herpes-Erkrankungen im Genitalbereich: *Herpes simplex genitalis* oder HSV 2.

Ein typisches Kennzeichen für Herpes-Infektionen ist, dass sie in mehr oder weniger regelmäßigen Abständen auftreten und dann – scheinbar spurlos – wieder verschwinden.

Das bedeutet jedoch nicht, dass man sich bei jedem Wiederauftreten vorher neu infiziert hat. Umgekehrt bedeutet das Verschwinden der Krankheitssymptome aber auch nicht, dass die zugrunde liegende Infektion vollständig abgeheilt ist.

Die meisten Betroffenen haben sich schon in frühester Jugend mit dem Virus infiziert. Tatsächlich existieren Schätzungen, dass bis zu 90% der Gesamtbevölkerung mit Herpes simplex-Viren infiziert sind.

Die Erkrankung macht sich jedoch keineswegs bei allen bemerkbar.

Was geschieht bei einem Ausbruch?

Eingedrungene Krankheitserreger können im allgemeinen durch die Immunabwehr unschädlich gemacht und eliminiert werden.

Einigen wenigen gelingt es jedoch, das Immunsystem zu überlisten. Dazu gehören auch die Herpes-Viren.

Im nicht-aktiven Zustand verstecken sie sich in bestimmten körpereigenen Zellen und entgehen so zum Teil dem Zugriff des Immunsystems.

Die Immunabwehr ist jedoch in der Lage, eine Wächterfunktion auszuüben. Sie kann zwar nicht alle eingedrungenen Viren vollständig eliminieren, sie kann jedoch über einen langen Zeitraum verhindern, dass die in den Zellen versteckten Herpes-Viren aktiviert werden.

Wird die Immunabwehr jedoch geschwächt oder abgelenkt (z.B. durch eine heftige Erkältung), so ist sie auch nicht mehr imstande ihre Wächterfunktion voll auszuüben.

Unter diesen Umständen kann es daher geschehen, dass die versteckten Herpes-Viren reaktiviert werden.

Die Viren, die Lippenherpes verursachen, verstecken sich normalerweise in den Nervenbahnen des Gesichtsnervs, dem sogenannten *Trigeminus-Nerv*. Ist eine Situation eingetreten, in der sie sich der Kontrolle des Immunsystems entziehen können, wandern sie an diesen Nervensträngen entlang zurück zu dem Ort, an dem die Erstinfektion stattgefunden hat – das ist bei den meisten Betroffenen der Mundbereich.

Hier heften sich die Viren an gesunde Zellen des Lippenepithels und dringen in diese ein.

Sie treten in Kontakt mit der Erbinformation der Zelle und zwingen diese, neue Viren zu produzieren.

Im Verlauf dieses Prozesses stirbt die befallene Zelle und setzt die neuproduzierten Viren frei. Diese heften sich an benachbarte Zellen und setzen das Zerstörungswerk fort.

Auf diese Weise können sich die Herpes-Viren in kurzer Zeit explosionsartig vermehren.

Häufig spüren Betroffene schon den Beginn dieses Prozesses, wenn die ersten Zellen nach erfolgter Virusproduktion absterben.

Er macht sich in Form von Kribbeln, Stechen, Jucken oder Spannungsgefühlen bemerkbar. Der Arzt bezeichnet diesen Zustand auch als *Prodromalstadium*.

Innerhalb von ein bis zwei Tagen danach bilden sich die typischen, flüssigkeitsgefüllten Bläschen, welche Millionen von Herpes-Viren enthalten.

In diesem Zustand ist der Lippenherpes hochansteckend, insbesondere für nicht-infizierte Personen.

Außerdem können die Viren, z.B. über einen unvorsichtigen Kontakt mit den Fingern, in Bereiche übertragen werden, wo sie wesentlich größeren Schaden anrichten können. Besonders gefährdet sind hierbei die Augen.

Falls Herpes-Viren auf die Bindehaut geraten, können sie eine sogenannte *Herpeskeratitis* auslösen, eine sehr schwere Komplikation des Lippenherpes, welche im extremsten Fall zur Erblindung des Auges führen kann. Im normalen Krankheitsablauf schließen sich jedoch die Bläschen nach einigen Tagen von selbst und trocknen aus.

Dies ist ein Zeichen dafür, dass das Immunsystem zu diesem Zeitpunkt wieder die Oberhand gewonnen und die weitere Viren-Vermehrung gestoppt hat.

Es bildet sich ein bräunlicher Schorf und die Schmerzgefühle lassen deutlich nach.

Nach 8 bis 10 Tagen fällt der Schorf in der Regel ab, ohne Narben zu hinterlassen.

Der gesamte Verlauf dieser Herpes-Reaktivierung (der Arzt spricht auch von *Rezidiv*) dauert im allgemeinen zwischen 10 und 14 Tagen.

Wann kommt es zu einem Ausbruch?

Betroffene wissen es längst: Es gibt einige ganz typische Auslösefaktoren, die bei dem einen regelmäßig, bei einem anderen nur hin und wieder einen Herpes-Ausbruch provozieren können.

Besonders bekannte Auslösefaktoren sind alle Formen einer seelischer Belastung.

Darunter fällt Alltagsstress, wie z.B. Prüfungsangst, aber auch schwere emotionale Belastungen, wie Trauer oder Angst. Bei manchen Menschen kann schon ein heftiges Ekelgefühl, z.B. vor einem benutzten Glas, genügen, um einen Ausbruch zu provozieren.

Ein anderer bekannter Auslösefaktor ist das Sonnenlicht.

Insbesondere Bergwanderer, die sich häufig in höheren Regionen aufhalten oder auch Sommerskifahrer in Gletschergebieten werden regelmäßig mit dem Problem Lippenherpes konfrontiert.



Der Hauptgrund dafür ist der verhältnismäßig hohe Anteil an UV-Licht in höheren Gebirgsregionen. Dadurch kommt es schneller zu einem Sonnenbrand, insbesondere auf der sehr empfindlichen Lippenhaut. Erschwerend kommt hinzu, dass dieser Bereich beim Auftragen eines Sonnenschutzmittels von vielen Leuten eher vernachlässigt wird.

Der entstandene Sonnenbrand schwächt seinerseits die Immunabwehr und begünstigt dadurch einen Herpes-Ausbruch.

Übrigens kann auch ein starker Sonnenbrand an anderen Körperstellen zu einer Reaktivierung des Lippenherpes führen.

Neben seelischer und körperlicher Belastung können sich auch hormonelle Einflüsse negativ auswirken.

Frauen sind daher besonders in der Menstruation und während der Schwangerschaft anfällig für Herpes-Ausbrüche.

Nicht jeder Mensch ist gleich empfindlich für die oben angeführten Auslösefaktoren.

Von den ca. 90% der Bevölkerung, die tatsächlich mit *Herpes simplex*-Viren infiziert sind, wird nur bei etwa einem Viertel das Herpesvirus wieder aktiv.

Des Weiteren bestehen Unterschiede in der Häufigkeit der Reaktivierungen: Bei manchen kommt es immer dann zum Rezidiv, wenn sie sich z.B. starker Sonnenstrahlung aussetzen, andere erleiden fast

regelmäßig jeden Monat oder sogar noch öfter, einen Herpesausbruch.

Worin die Gründe für diese starken Unterschiede in der Empfindlichkeit einzelner Personen zu suchen sind, ist bis heute eine weitgehend ungeklärte Frage geblieben.

Was kann ich bei Lippenherpes tun?

An guten Ratschlägen zur Bekämpfung der ungeliebten Lippenbläschen herrscht gewiss kein Mangel. Ob Hausmittel wie Zahnpasta, Eiswürfel, Rasierwasser, Honig oder Kamillentee aber tatsächlich irgendeinen günstigen Einfluss auf den Heilungsprozess haben, ist eher fraglich.

Es gibt jedoch Wirkstoffe, die unzweifelhaft die Viren bekämpfen und einen Herpes-Ausbruch stoppen können. Der derzeit bekannteste ist Aciclovir.

Aciclovir kann, wenn es rechtzeitig auf die Lippen aufgetragen wird, in die befallenen Zellen eindringen. Dort wird es von einem Virus-Enzym aktiviert, das in nicht-befallenen Zellen nicht vorhanden ist.

Das aktivierte Aciclovir behindert nun massiv die Virus-Vermehrung und bremst so die Ausbreitung der Viren und damit den Herpes-Ausbruch ab.

Da das aktivierende Enzym nur in Virus-befallenen Zellen vorhanden ist, kann sich die Aciclovir-Wirkung ganz gezielt dort entfalten, wo sie gebraucht wird und nicht anderswo, wo sie eventuell Schaden anrichten würde.

Diese hochwirksame Substanz ist zum Beispiel in **Virzin Lippenherpescreme** enthalten, welche Sie rezeptfrei in Ihrer Apotheke kaufen können. Für eine optimale Wirkung bei der Behandlung mit **Virzin Lippenherpescreme** ist es ratsam, so früh wie möglich mit der Behandlung zu beginnen.

Den besten Behandlungserfolg erzielen Sie, wenn Sie **Virzin Lippenherpescreme** anwenden, bevor sich die Bläschen voll ausgebildet haben. Das ist deshalb empfehlenswert, weil die hemmende Wirkung von Aciclovir sich ausschließlich an sich vermehrenden Viren entfalten kann.

Wie Sie ja bereits weiter vorne lesen konnten, findet die Viren-Vermehrung im wesentlichen vom Zeitpunkt des ersten Spannungsgefühls bis zum Zeitpunkt der vollen Bläschenausbildung statt. Sind die Bläschen erst einmal voll da, dann ist die Vermehrung der Viren so gut wie abgeschlossen. Wenn Sie erst zu diesem Zeitpunkt mit der Aciclovir-Anwendung beginnen, dann können Sie den weiteren Krankheitsverlauf kaum noch beeinflussen.

Wenden Sie daher **Virzin Lippenherpescreme** so früh wie möglich an, am besten im Stadium vor der Bläschenbildung, nur dann können Sie hoffen, den Ausbruch so schnell wie möglich zu beenden.

Im günstigsten Fall ist es sogar möglich, dass es dann erst gar nicht zu einem Ausbruch kommt.

Wie wird Virzin Lippenherpescreme angewendet?

Sie sollten **Virzin Lippenherpescreme** fünfmal täglich tagsüber auf die betroffene Stelle sowie die unmittelbare Umgebung in einer dünnen Schicht auftragen.

Am besten verwenden Sie zum Auftragen ein Wattestäbchen; durch diese Maßnahme wird auch das Risiko einer Verschleppung der Herpes-Viren reduziert.

Das in **Virzin Lippenherpescreme** enthaltene Aciclovir verhindert, dass sich ebenso viele neue Viren bilden können wie im unbehandelten Zustand.

Daher können Sie, wenn Sie **Virzin Lippenherpescreme** rechtzeitig und regelmäßig anwenden, damit rechnen, dass der Herpes-Ausbruch deutlich schneller verheilt als in den sonst üblichen 10 bis 14 Tagen.

Aus dem gleichen Grund wird auch die Schmerzentwicklung bei rechtzeitiger Behandlung mit **Virzin Lippenherpescreme** deutlich schwächer ausfallen als im unbehandelten Fall.

Was muss ich sonst noch beachten?

Waschen Sie nach dem Auftragen von **Virzin Lippenherpescreme** gründlich Ihre Hände, damit sich die Herpes-Viren nicht auf andere Hautpartien übertragen können. Dies ist besonders dann wichtig, wenn bereits flüssigkeitsgefüllte Bläschen existieren.

Wenn Sie Kontaktlinsenträger sind, so vermeiden Sie während der akuten Phase bitte ein Einsetzen mit Speichel, damit Sie keine Gefahr laufen, Herpes-Viren in die Augen zu bringen.

Wenn Sie Kleinkinder zu Hause haben, so sollten Sie in der akuten Phase Ihr Kind auf keinen Fall küssen oder seinen Schnuller ablecken. Auch beim Wickeln sollten Sie Vorsorge treffen, dass Sie nicht über Ihre Hände Herpes-Viren auf das Kind übertragen.

Da Säuglinge häufig noch keine Virenträger sind, kann eine Herpes-Übertragung zu einer Erstinfektionsreaktion führen.

Diese verläuft in der Regel schwerer als die nachfolgenden Rezidive. Die Anzeichen ähneln eher einer Angina und als Folgeerscheinung kann es zur sogenannten „Mundfäule“ kommen: Das ist eine massive Entzündung der Mundschleimhaut mit vielen kleinen weißen Flecken im Mundbereich, hohem Fieber und Appetitlosigkeit.

Sollten trotz aller Vorsichtsmaßnahmen dennoch einmal solche Krankheitsanzeichen bei Ihrem Kind auftauchen, geraten Sie bitte nicht in Panik. Die Erkrankung ist auch für ein kleines Kind nicht lebensbedrohlich.

Sie muss jedoch behandelt werden, deshalb bringen

Sie das Kind so schnell wie möglich zu Ihrem Arzt, der eine adäquate Therapie durchführen wird.

Wird die Behandlung mit **Virzin Lippenherpescreme** richtig durchgeführt, so kann dem Herpes-Ausbruch schnell entgegengewirkt werden. Sie kann jedoch nicht verhindern, dass es zu weiteren Rezidiven kommt.

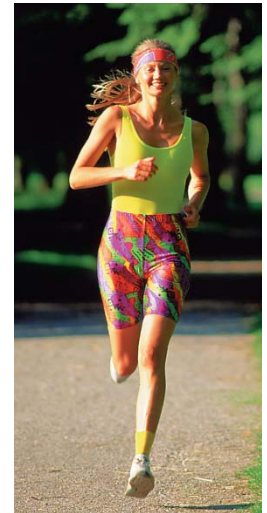
Durch geeignete Maßnahmen können Sie jedoch das Risiko für weitere Rückfälle verringern.

Stärken Sie Ihr Immunsystem durch eine ausgewogene, vitaminreiche Ernährung, viel Bewegung in der frischen Luft und genügend Schlaf. Erlernen Sie geeignete Entspannungstechniken, die Ihnen helfen können, in angespannten Phasen Stress abzubauen.

Gewöhnen Sie Ihren Körper im Urlaub langsam an die Sonne und vermeiden Sie möglichst Sonnenbrände (die außer Lippenherpes-Rezidiven auch noch viel gravierendere Folgeschäden verursachen können).

Sie sollten insbesondere Ihre Lippen durch einen sehr hohen Lichtschutzfaktor schützen.

Da Lippen generell sehr empfindlich sind und nur wenig eigenes Hautfett besitzen, das überdies durch den Speichel immer wieder entfernt wird, sollten Sie Ihre Lippen regelmäßig mit einem geeigneten Fettstift pflegen.



Kommt es trotz all dieser Vorsorgemaßnahmen wieder zu einem Herpes-Ausbruch, sollten Sie schon beim ersten Anzeichen **Virzin Lippenherpescreme** auftragen, um diesen schmerzhaften und lästigen Zustand so schnell wie möglich zu beenden.

Es empfiehlt sich daher, insbesondere, wenn Sie häufig unter Rezidiven zu leiden haben, immer eine Tube **Virzin Lippenherpescreme** in Reserve zu haben, damit Sie so schnell wie möglich mit der Behandlung beginnen können.

Auch in Ihrer Reiseapotheke sollte immer mindestens eine Tube für den Bedarfsfall vorrätig sein.

**Das Wichtigste aber:
Vertrauen Sie Ihrem Arzt/Ihrer Ärztin.**

Fragen Sie nach, wenn etwas unklar geblieben ist. Er/sie wird nach bestem Wissen und Gewissen eine für Sie optimale Therapie auswählen.

Dermapharm wünscht Ihnen eine gute Besserung!

Virzin Lippenherpescreme

Wirkstoff: Aciclovir

Anwendungsgebiete: Zur lindernden Behandlung von Schmerzen und Juckreiz bei häufig wiederkehrenden Herpesinfektionen mit Bläschenbildung im Lippenbereich (rezidivierender Herpes labialis).

Warnhinweis: Enthält Cetylalkohol und Propylenglykol.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.



Arztstempel

Dermapharm – UMWELTSCHUTZ

Hauterkrankungen und Umwelt stehen oft in einem engen Zusammenhang. Gerade in der heutigen Zeit wird dies immer mehr erkennbar.

Dermapharm sieht es als Hersteller von ausschließlich dermatologischen und allergologischen Präparaten als ihre Verpflichtung an, einen Beitrag zum Umweltschutz zu leisten.

Grundsätzlich wird im gesamten Unternehmen Recyclingpapier für Faltschachteln, Beipackzettel, Geschäftspapier, etc. verwendet. Auch in der Produktion versucht Dermapharm umweltfreundliche Materialien, wie z.B. Braunglas anstelle von PVC, einzusetzen. Werbemittel sollen prinzipiell einen praktischen Nutzen haben.

Dermapharm wird diese Praxis weiter ausbauen in der Hoffnung, Anstöße geben zu können für einen vernünftigen Umgang mit unseren Ressourcen – unserer Umwelt zuliebe.



Luise-Ullrich-Str. 6
82031 Grünwald

Telefon: 089/64186-0
Telefax: 089/64186-130

E-Mail: service@dermapharm.de
Internet: www.dermapharm.de

Recyclingpapier - spart Energie und Rohstoffe. Ein aktiver Beitrag zum Umweltschutz.



Stand 1/2006