



Mit Wärme gegen Herpes

Eine Infektion mit dem Herpes simplex-Virus Typ I verursacht schmerzhafte Bläschen an der Lippe. So ein Ausbruch ist zwar selbstlimitierend, aber jeder Betroffene ist froh, wenn sich die Symptome rasch **bessern**.

Jetzt beginnt mit der Erkältungssaison auch die Herpeszeit. Wenn es draußen nass und kalt wird, hat es das Immunsystem besonders schwer. Die Schleimhäute sind schlechter durchblutet und durch die Heizungsluft häufig auch noch trocken. Die Immunzellen können nicht so schnell und in großer Zahl an den Ort des Geschehens gelangen. Erkältungsviren können daher im Winter viel leichter eindringen und zum Ausbruch eines Schnupfens führen. Bei vielen, die das Herpes-Virus in sich tragen, zeigen sich im Anschluss an die überstandene Erkältung dann auch noch

die unschönen Lippenbläschen. Der Herpes ist da. Wenn er auf den Übergang von Lippen zu umliegender Haut beschränkt bleibt, ist das zwar nicht gefährlich und heilt auch von alleine wieder ab, es ist aber sehr unangenehm. Es spannt, juckt und schmerzt. Und wenn sich die Bläschen öffnen, ist das austretende Sekret noch dazu hochinfektiös. Die Betroffenen sind dankbar für alles, was den Ausbruch verkürzt oder gar verhindert.

Verschiedene Ansätze Man kann mit Aciclovir- oder Penciclovir-haltigen Cremes und solchen mit Melissen-Extrakt

oder Docosan-1-ol sowie Zink-sulfat, aber auch mit Hydrokolloidpflastern die Erkrankungszeit verkürzen und die Symptome lindern. Der Effekt ist umso besser, je früher man mit der Therapie beginnt. Mit den Pflastern kann man auch bei einem voll ausgebrochenen Lippenherpes das Infektionsrisiko reduzieren. Ein relativ neuer Therapieansatz geht mit einer Wärmetherapie gegen die Viren vor. Ähnlich wie man den Juckreiz und die Schwellung bei einem Insektenstich durch lokale Wärmeanwendung lindern kann, geht dies auch bei Herpes. In einer prospektiven, referenzkontrollierten Anwen-

dungsstudie mit Apothekenkunden konnte dies gezeigt werden.

Lokale Hyperthermie Mit einem elektronischen Stift wird ein eng begrenztes Hautareal für drei bis sechs Sekunden auf 50 bis 53 °C erhitzt, sodass in den lebenden Hautzellen eine Temperatur von 47 bis 48 °C erreicht wird. Die Haut wird dadurch nicht geschädigt. Es werden jedoch immunologische Prozesse aktiviert, die das Immunsystem befähigen, schneller auf den Ausbruch der Viren zu reagieren. Eventuell sind es aber auch virale Proteine, die direkt inaktiviert werden, wodurch die Vermehrung der Viren eingedämmt wird. Die Wärmeapplikation zeigt offenbar in jeder Phase der Erkrankung Wirkung. Durch eine rechtzeitige Anwendung bei den ersten Anzeichen ist es möglich, den Ausbruch zu verhindern. Ist der Herpes schon da, erreicht man einen weniger schweren Verlauf oder ein früheres Abklingen der Symptome. Da es sich um eine rein physikalische Therapie handelt, ist dies eine wirkstofffreie Alternative auch für Schwangere. ■

Sabine Breuer,
Apothekerin/Redaktion