

# Neues zu Lippenherpes

**Ganz harmlos kündigt er sich an: Die Lippen kribbeln, jucken, brennen. Typische Symptome für den Lippenherpes. Einige Stunden später zeigen sich auf den Lippen oder im Mundwinkel kleine, mit Flüssigkeit gefüllte Bläschen, die beim Essen und Trinken unangenehme Schmerzen bereiten.**

**Nach einigen Tagen platzen die Bläschen auf und eine nasse und schmerzhaft Wunde zeigt sich. Das ist das ansteckendste Stadium. Die Wunde verschorft. Wenn die Verkrustung aufbricht, juckt und brennt die betroffene Stelle noch mehr oder blutet sogar. Bis zur vollständigen Heilung einer Herpes-Infektion können fünfzehn Tage vergehen. Aber es geht auch schneller, lassen Sie sich überraschen.**

Fast jeder kennt diese unangenehmen Herpes-Symptome. Über 90 Prozent der Erwachsenen tragen das Virus in sich. Es überlebt im Nervengewebe und kann sich dort lange Zeit ganz ruhig verhalten. Wird es aktiviert, wandert es entlang der Nervenbahnen wieder in die Haut und vermehrt sich. Die Lippen und der Gesichtsbereich sind Körperstellen, an denen es sich besonders gern einnistet.

Das passiert meistens in Situationen, in denen der Körper unter Belastungen steht, die sein natürliches Abwehrsystem blockieren.

## **Das aktiviert den Herpes-Virus:**

- Psychische Faktoren wie andauernder Stress oder Ekel
- Hautreizungen oder Hautverletzungen
- Fiebrige Erkältungen oder Grippe
- Hormonelle Einflüsse, zum Beispiel Menstruation oder Schwangerschaft
- Sehr kaltes Wetter
- Starke Sonneneinstrahlung beim Sonnenbaden oder Skifahren

## **Wichtige Alltagstipps bei einer Herpes-Infektion:**

Lippenherpes kommt immer dann, wenn das Immunsystem angeschlagen ist. Stärken Sie daher Ihre körpereigenen Abwehrkräfte und achten Sie auf:

- Auf ausreichenden Sonnenschutz (Sun-Blocker) achten
- eine ausgewogene und vitaminreiche Ernährung
- maßvolle sportliche Betätigung und ausreichend Schlaf
- viel Bewegung an der frischen Luft
- schützen Sie sich gerade in der kalten Jahreszeit durch warme Kleidung vor Erkältung
- versuchen Sie, Stress zu vermeiden.
- Achten Sie auf die Pflege der von Natur aus besonders empfindlichen Lippen. Das heißt: Benutzen Sie zur täglichen Pflege am besten einen Lippenpflegestift. Vermeiden Sie intensive Sonneneinstrahlung oder verwenden Sie einen Lippenpflegestift mit hohem Lichtschutzfaktor.
- Lassen Sie es nach einem Klimawechsel erst einmal ruhig angehen, damit Ihr Körper Zeit hat, sich zu akklimatisieren.
- Kosmetika in der akuten Phase vermeiden, da die Viren durch Lippenstifte auf andere Lippenbereiche übertragen werden können
- Verzicht auf Küssen und Schmusen, solange die Infektion akut ist
- Stillende Mütter sollten penibel auf Sauberkeit achten. Vor dem Kontakt mit Säuglingen die Hände gründlich mit Seife reinigen
- Keine Kontaktlinsen verwenden, sondern lieber Brille tragen, da das Virus leicht ins Auge gelangen und es so zu schweren Schädigungen der Augen kommen kann

## Bitte nicht kratzen!

Um der Ansteckungsgefahr, weiteren Infektionen sowie der Narbenbildung vorzubeugen, ist es bei einer Herpesinfektion wichtig, nicht an den infizierten Hautstellen zu kratzen.

- Kratzen Sie die Herpesbläschen nicht auf.
- Entfernen Sie auch nicht den Schorf.

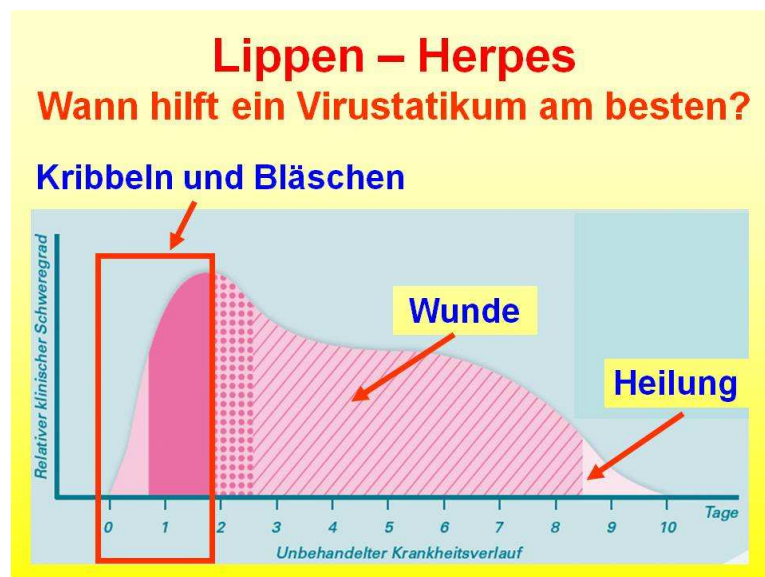
## Wann muss ein Arzt die Herpes-Infektion behandeln?

Der Arzt muss die Behandlung von Herpes-Bläschen übernehmen, wenn

- größere Hautpartien betroffen sind
- wenn Fieber oder Krankheitsgefühle mit der Infektion auftreten
- die Infektion häufiger als sechs bis acht mal pro Jahr auftreten
- größere Schwellungen auftreten
- Säuglinge, Kleinkinder oder Schwangere an einer Herpes-Infektion erkrankt sind
- die Augen betroffen sind.

## Zuverlässige Hilfe durch Aciclovir

Schnelle und zuverlässige Hilfe bei einer Herpesinfektion bietet der bewährte Wirkstoff Aciclovir. Der antivirale Wirkstoff wird gezielt nur in denjenigen Zellen aktiv, die von Viren befallen sind. Das heißt gesunde Zellen werden nicht belastet. In den befallenen Zellen stoppt er die Virenvermehrung und bekämpft somit das Herpesvirus wirkungsvoll. Es kommt so zu einer deutlichen Verkürzung des Krankheitsverlaufes und der Symptome. Wichtig ist hierbei die Lippencreme schon beim ersten Kribbeln anzuwenden. (siehe Grafik)



Der Wirkstoff Aciclovir kann allerdings nur in Kombination mit der richtigen Cremegrundlage seine besondere Wirkung entfalten. Die Zovirax®-Lippenherpescreme wurde jahrelang weiterentwickelt und steht heute den Betroffenen in einer Formulierung zur Verfügung, die einen besonders hohen Wirkungsgrad des Aciclovirs sicherstellt und gleichzeitig das sehr schnelle Einziehen der Creme in die Haut gewährleistet.

Damit Zovirax® schnell seine antivirale Wirkung entfalten kann, sorgt der Wirkbeschleuniger in der Zovirax® -Lippenherpescreme für ein schnelles, konzentriertes Eindringen der Creme in die betroffenen Hautzellen.

Qualitativ hochwertige Produkte, wie z.B. Zovirax®-Lippenherpescreme erhalten Sie in jeder Apotheke - weitere Informationen unter [www.zovirax.de](http://www.zovirax.de).

Weitere Live-Gesundheitstipps mit vielen praktischen Tipps finden Sie auch unter: [center.tv Köln: Gesundheitstipp](http://center.tv Köln: Gesundheitstipp)

**Ihre Jutta Doebel**