

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 97 (2019)
Heft: 10

Artikel: Gemein und gefährlich
Autor: Grüter, Roland
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1086929>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 05.04.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Gemein und gefährlich

Gürtelrose ist äusserst schmerzhaft – und plagt manche Betroffene über Monate und Jahre. Das Bundesamt für Gesundheit empfiehlt deshalb älteren Menschen eine Impfung. Doch das zugelassene Präparat schwächt.

TEXT: ROLAND GRÜTER

Wie lassen sich die Schmerzen des Herpes Zoster beschreiben? Der 69-Jährige, der im Zürcher Café Schöber sitzt, überlegt lange, schliesslich ist es ein Jahrzehnt her, als bei ihm die Gürtelrose ausbrach. Damals war er körperlich angeschlagen, stand unter Stress. Eines Abends bemerkte er Rötungen auf der Haut, gleich neben dem Bauchnabel. Sie zogen sich halbseitig wie ein Band um seine Hüfte. Erst verspürte er ein Jucken, daraufhin ein heftiges Brennen, die Haut warf die ersten Bläschen auf. «Irgendwann kamen die Höllenschmerzen», sagt der Mann und legt sein Gesicht in Falten, als müsse er den damaligen Horror ein zweites Mal durchleben: «Sie fühlten sich an, als sei ich aus zwei Meter Höhe ungebremst in einen Haufen Nähnadeln gefallen.»

Angriff auf die Nervenzellen

Die Schmerzen sind erklärbar. Varizella-Zoster-Viren, die hinter der Gürtelrose wirken, rampolieren hauptsächlich Nervenzellen. Diese schlummern jahrelang in unserem Körper, ohne dass wir sie bemerken. 99 Prozent aller Erwachsenen sind Träger, mit dem Virus kommen die meisten schon in frühen Lebensjahren in Kontakt: Varizella-Zoster-Viren bewirken bei ihrem Erstkontakt Windpocken. Wer diese erlitten und überwunden hat, ist gegen die Viren erst mal immunisiert. Sie quartieren sich in der Folge in Nervenzellen von

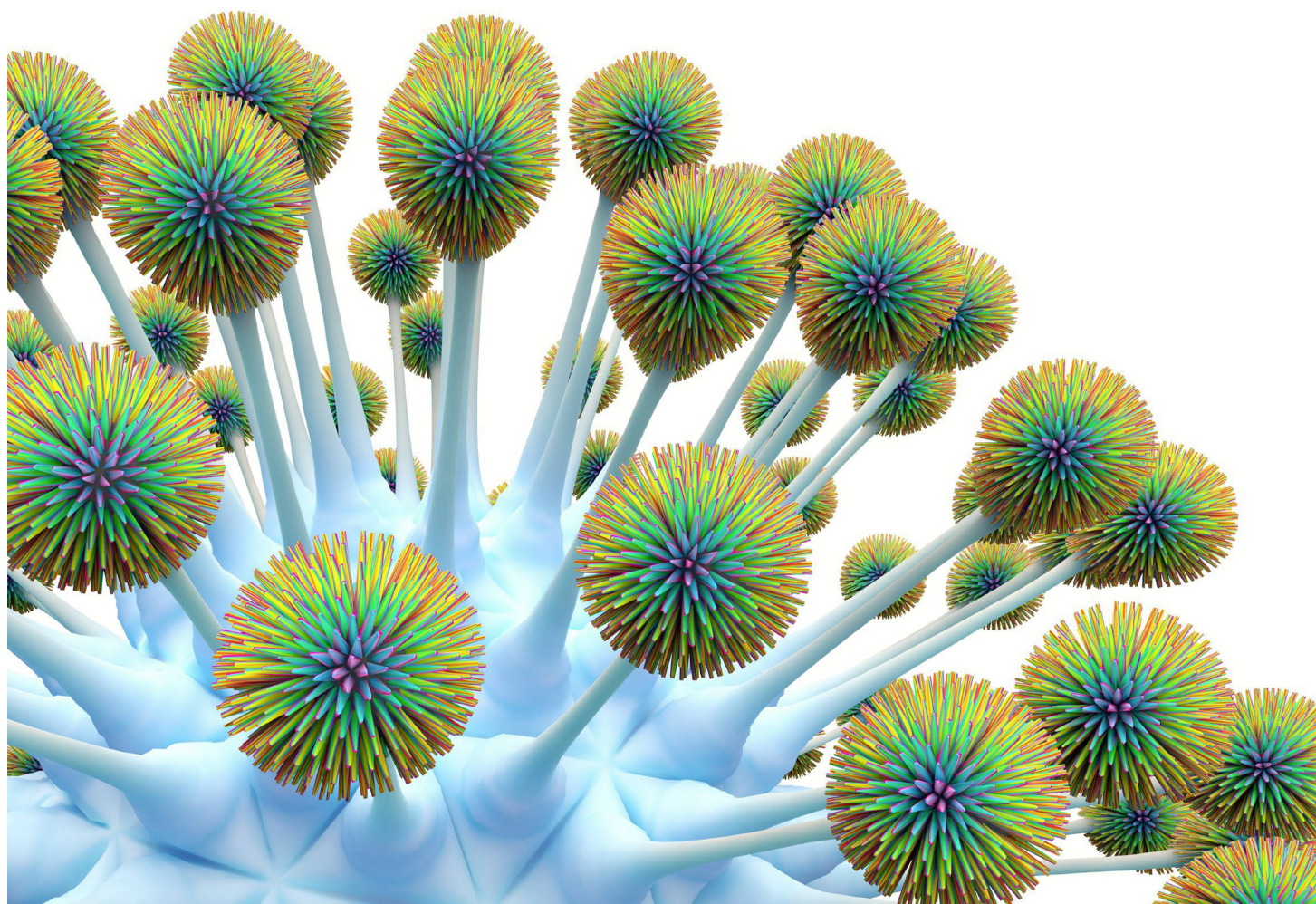
Rückenmark und Hirnstamm ein, unsere körpereigenen Abwehrkräfte halten sie dort gefangen.

Stress, Immunschwächen aller Arten, chronische Krankheiten und altersbedingte Gebrechen können den stillen Gast jedoch zu neuem Leben erwecken. Daraufhin verbreitet er sich im Körper und befällt Teile des Gesichts und des Rumpfs, in zehn Prozent der verzeichneten Fälle sogar die Augen. Typisches Merkmal seines Befalls sind flüssigkeitsgefüllte Bläschen auf der Haut, die sich nach wenigen Tagen leeren, austrocknen und verkrusten – und die beschriebenen starken Schmerzen. Meist dauert der Krankheitsverlauf zwei bis drei Wochen.

Medikamentös lässt sich das Wirken der Viren etwas mindern, lassen sich die Schmerzen etwas lindern. Bei rund 20 Prozent der 65-jährigen Betroffenen treten in der Folge trotzdem chronische Nervenschmerzen auf, eine sogenannte postherpetische Neuralgie. Diese kann sich über Monate oder sogar Jahre hinziehen. Bei über 70-Jährigen sind es sogar 73 Prozent.

Gürtelrose ist weiter verbreitet als angenommen. Gemäss Studien erkrankt jede und jeder Vierte im Laufe des Lebens an Herpes Zoster. Jährlich listen Spitäler und Ärzte rund 21 400 Konsultationen auf. Etwas mehr als die Hälfte davon werden Menschen über 65 zugeschrieben. Generell gilt: Im letzten Altersabschnitt nimmt das Risiko einer Erkrankung zu.

Mit Blick auf die drohenden Komplikationen empfiehlt das Bundesamt für Gesundheit seit



November 2017 Menschen zwischen 65 und 79, sich gegen Herpes Zoster impfen zu lassen – unter anderem, wenn sie vor kräftezehrenden Operationen oder Therapien stehen, etwa bei Krebs. Der empfohlene Lebendimpfstoff gegen Gürtelrose ähnelt jenem der Pockenimpfung, ist aber weit höher dosiert. Weltweit wurden davon schon 30 Millionen Dosen verkauft. Das entsprechende Präparat ist seit 2007 zugelassen, die Kosten (ab 160 Franken) dafür übernehmen Krankenkassen nur durch die Zusatzversicherung. Wer keine hat, muss die Impfung selber bezahlen.

Je älter, desto schlechter der Schutz

Die Krux: Gemäss neusten Studien wirkt das Mittel weniger als ursprünglich angenommen. Es erreicht bei 50- bis 59-Jährigen eine Schutzwirkung von knapp 70 Prozent, bei über 70-Jährigen aber nur noch 37,6 Prozent. Die Wirkkraft nimmt offenbar ab, je stärker das altersbedingte Risiko für Komplikationen wächst.

Die Hoffnungen ruhen auf einem zweiten Impfstoff, der in Deutschland und in anderen Ländern bereits erhältlich ist. Dessen Schutzraten

Ganz schön fies: Die Computergrafik zeigt den Aufbau eines Virus, das sich wie Herpes Zoster beim Menschen einnisten kann.

sollen weit höher sein. Anders als der Lebendimpfstoff basiert dieser auf einem Anti-Gen des Varizella-Zoster-Virus. Er soll die Anfälligkeit auf Herpes Zoster um 90 bis 97 Prozent mindern, jene der postherpetischen Neuralgie um 89 Prozent. Leider zeigt das Mittel auch grössere Nebenwirkungen: Bei 80 Prozent der Geimpften treten lokale Reaktionen (Schwellungen, Schmerzen und Rötungen) auf. 66,1 Prozent berichten über Müdigkeit, Fieber oder Kopfschmerzen. In der Schweiz ist dieser Impfstoff noch nicht zugelassen, und es dürfte noch Jahre dauern, bis sich das ändert.

Keine guten Nachrichten. Bis potente und verträgliche Mittel im Handel erhältlich sind, bleibt uns folglich nur: Vorsorge betreiben. Wir sind gut beraten, unser Immunsystem zu stärken, viel zu schlafen, uns nicht ständig stressen zu lassen und uns ausgewogen zu ernähren – damit unser Immunsystem fit bleibt und die Varizella-Zoster-Viren im Zaum halten kann. Methoden der Alternativmedizin können uns dabei unterstützen, der Rest aber ist Hoffnung. Die Hoffnung, dass wir von Herpes Zoster verschont bleiben. *