Impfempfehlung gegen Gürtelrose

Seit Ende 2018 empfiehlt die Ständige Impfkommission (Stiko) allen Personen ab 60 Jahren die Gürtelrose-Schutzimpfung. Für Personen mit einer Grunderkrankung oder einer Immunschwäche gilt die Empfehlung bereits ab 50 Jahren (siehe Kasten). Die Kosten werden mittlerweile von den Krankenkassen übernommen. Das Varizella-Zoster-Virus verursacht beim ersten Kontakt Windpocken, die vor allem bei Schwangeren und Neugeborenen gefährlich verlaufen können. Etwa 95 Prozent aller Erwachsenen haben Varizellen (Windpocken) durchgemacht. Kinder werden seit 2004 geimpft, die Zahl der Windpockenfälle ist bei ihnen um 85 Prozent gesunken. Während die Beschwerden nach rund einer Woche wieder abklingen, verbleibt das Virus lebenslang in den Nervenzellen des Erkrankten.

Bei nachlassendem Immunsystem kann das Virus als Zweiterkrankung die „Gürtelrose“ oder „Herpes zoster“ auslösen. Bis zum 85. Lebensjahr erkrankt etwa jeder Zweite irgendwann daran, mit steigender Tendenz. Typisch ist brennender Schmerz, gefolgt von einer bandartigen Ausbreitung von Bläschen in dem zum betroffenen Nerv gehörenden Hautareal. Am häufigsten treten die Symptome an Rumpf und Brustkorb auf, aber auch der Kopfbereich kann betroffen sein. Jeder zehnte Erkrankte entwickelt als gefürchtete Komplikation einen anhaltenden Nervenschmerz, die Post-Zoster-Neuralgie, welche auch nach Abheilung der Bläschen Monate oder Jahre andauern und die Lebensqualität erheblich einschränken kann.

Die Impfung ist nach übereinstimmender Einschätzung der Ständigen Impfkommission und der Stiftung Warentest wirksam und sicher: Der Schutz vor Herpes zoster beträgt ab dem Alter von 50 Jahren 92 Prozent und zum Schutz vor Post-Zoster-Neuralgie 82 Prozent. Der ältere Herpes-Zoster-Lebendimpfstoff wird von der Impfkommission aufgrund der eingeschränkten Wirksamkeit und seiner begrenzten Wirkdauer nicht empfohlen.

Was bei der Impfung zu beachten ist:

- Impfausweis mitnehmen, um auch weitere Impfungen mit dem Hausarzt zu besprechen.
- Am Tag nach der Impfung sollte man sich nichts vornehmen, weil der Totimpfstoff sehr reaktogen ist. Das bedeutet, dass Lokalreaktionen an der Injektionsstelle, aber auch allgemeine Reaktionen wie Fieber, Müdigkeit, Kopf- und Gliederschmerzen, häufig auftreten. Diese Impfreaktionen halten ein bis zwei Tage an.
- Die vollständige Impfung besteht aus zwei Dosen, die im Abstand von zwei bis sechs Monaten verabreicht werden sollen.

Bei Verdacht auf Gürtelrose sollten Betroffene ihren Hausarzt aufsuchen. Er kann antivirale Medikamente verordnen, die direkt nach Krankheitsausbruch am besten wirken. Wichtig ist auch eine ausreichende Schmerzbehandlung, um die Entwicklung einer Post-Zoster-Neuralgie zu unterbinden. Sorgfältige Hautpflege schützt vor bakteriellen Zusatzinfektionen. Der Bläscheninhalt kann bei nicht immunen Personen die Ersterkrankung Windpocken auslösen. Daher sollen sie abgedeckt werden, bis sie eingetrocknet sind.

Dr. med. Boris Böddinghaus
Facharzt für Mikrobiologie und Infektionsepidemiologie

P.S. Der Impfstoff ist derzeit nur bedingt verfügbar.

Gesundheitsamt Frankfurt am Main

Literatur:
1. Mitteilung der Ständigen Impfkommission (Stiko) beim RKI: Wissenschaftliche Begründung zur Empfehlung einer Impfung mit dem Herpes-Zoster-subunit-Totimpfstoff. Epi Bull 13. Dezember 2018 / Nr. 50
2. https://www.test.de/Guertelrose-Was-die-Impfung-gegen-Herpes-Zoster-bringt-4992659-0/

Impfung	Empfehlung	Wiederholung
Herpes Zoster	Standardimpfung ab 60; bereits ab 50 Jahren bei: • Immunsuppression • Rheumatoider Arthritis • Chronisch entzündlichen Darmerkrankungen • Asthma bronchiale • Niereninsuffizienz • Diabetes mellitus Auch empfohlen für Personen, die • schon an Zoster erkrankt waren • mit dem Lebendimpfstoff geimpft wurden	? bis jetzt keine. Die ältesten Daten belegen eine gute Schutzwirkung für neun Jahre, voraussichtlich hält die Wirkung deutlich länger an.
Tetanus	Grundimmunisierung, falls nicht vorhanden	Alle zehn Jahre
Diphtherie	Grundimmunisierung, falls nicht vorhanden	Alle zehn Jahre
Pertussis	einmalig für jeden Erwachsenen mit Td	keine Wiederholung
Influenza	Impfung ab dem 60. Lebensjahr im Herbst Hessen: ab dem 7. Lebensmonat	jährlich
Pneumokokken	Standardimpfung mit PPV23 für Senioren	ggf. nach sechs Jahren

Tabelle: von der Ständigen Impfkommission empfohlene Standardimpfungen für Senioren. Je nach individueller Situation kann der Hausarzt zusätzliche Impfungen empfehlen.