

Diese Meldung kann unter <http://www.presseportal.de/pm/6910/1558384/leichtes-spiel-fuer-lippenherpes-im-winter-jeder-dritte-erwachsene-bekommt-die-blaeschen> abgerufen werden.

# TK Techniker Krankenkasse

Leichtes Spiel für Lippenherpes im Winter: Jeder dritte Erwachsene bekommt die Bläschen

09.02.2010 - 09:31 Uhr, TK Techniker Krankenkasse

Hamburg (ots) - Frostige Temperaturen, Triefnase und Schnupfen - der Winter schwächt das Immunsystem und dann hat das Lippenherpes-Virus leichtes Spiel. Neun von zehn Menschen hierzulande tragen den Erreger schon in sich, bei jedem dritten Erwachsenen bricht das Virus immer wieder aus. Und besonders in der kalten Jahreszeit nutzt es seine Chance. "Doch auch wer sich einmal infiziert hat, kann mit starken Abwehrkräften einen erneuten Herpes-Ausbruch verhindern", sagt Dr. Peter Düker, Mediziner bei der Techniker Krankenkasse (TK).

Ein geschwächtes Immunsystem ist ideal für das Herpes-Virus: Es wird aktiv und an Lippen oder Nase entstehen kleine, schmerzhaft Bläschen. "Wer erste Anzeichen wie Kribbeln, Brennen oder Jucken verspürt, kann mit speziellen Cremes oder Pflastern die Symptome bekämpfen", erklärt Düker. Doch Vorbeugen ist besser als Heilen: Wer sich viel bewegt und gesund ernährt, stärkt die körpereigene Abwehr und macht es dem Herpes-Virus schwerer. Zur kalten Jahreszeit schützen zudem fetthaltige Cremes und Pflegestifte mit UV-Schutz Haut und Lippen.

"Die meisten Menschen infizieren sich schon im Kindesalter mit dem Herpes simplex-Virus Typ I", erklärt TK-Mediziner Düker. "Krankheit, Stress, UV-Strahlen oder psychische Belastungen führen dann später dazu, dass der Hautauschlag erneut auftritt." Lippenherpes ist normalerweise nicht gefährlich, aber unangenehm, schmerzhaft und stark ansteckend. Daher sind Küssen oder das Teilen von Trinkflaschen oder Zahnbürsten in dieser Zeit tabu.

Weitere Informationen, wie man die Abwehrkräfte stärkt, gibt es im Internet unter [www.tk-online.de](http://www.tk-online.de) in der Rubrik "Medizin und Gesundheit".

Pressekontakt:

Techniker Krankenkasse  
Pressestelle  
Dagmar Rutenbeck  
Bramfelder Straße 140  
22305 Hamburg  
Telefon: 040 - 6909 3020  
Fax: 040 - 6909 1353  
E-Mail: [dagmar.rutenbeck@tk-online.de](mailto:dagmar.rutenbeck@tk-online.de)

Originaltext:

TK Techniker Krankenkasse

Pressemappe:

<http://www.presseportal.de/pm/6910/tk-techniker-krankenkasse>

Pressemappe als RSS:

[http://presseportal.de/rss/pm\\_6910.rss2](http://presseportal.de/rss/pm_6910.rss2)