



## Informationen über Krankheitserreger beim Menschen – Hygiene schützt!

### Was sind Ringelröteln?

Ringelröteln werden durch Viren ausgelöst. Sie gehören neben Scharlach, Masern, Windpocken und Röteln zu den fünf Kinderkrankheiten, die Ausschlag verursachen können. Mit Röteln haben Ringelröteln außer dem Namen nichts gemeinsam. Die beiden Krankheiten werden von unterschiedlichen Erregern ausgelöst. Die Ringelröteln-Viren (*Parvovirus B19*) kommen nur beim Menschen vor. Oft verlaufen Ringelröteln völlig unbemerkt oder wie ein leichter grippaler Infekt. Erkrankt jedoch eine schwangere Frau, kann das ungeborene Kind Schaden erleiden. In Kindergärten und Schulen häufen sich die Krankheitsfälle vor allem vom Spätwinter bis zum Frühsommer. Eine Ansteckungsgefahr besteht nur für Menschen, die noch nicht an Ringelröteln erkrankt waren. Wer die Krankheit einmal überstanden hat, ist lebenslang geschützt. Man kann also kein zweites Mal erkranken.

### Wie werden Ringelröteln übertragen?

#### *Von Mensch zu Mensch*

Beim Niesen, Husten oder Sprechen werden die Viren über feinste Speichel-Tröpfchen in der Luft von Mensch zu Mensch weitergetragen. Auch über Hände können die Viren weitergegeben werden, wenn ein Erkrankter zum Beispiel in die Hand niest und danach einem Gesunden die Hand gibt. Von der Hand können die Erreger anschließend auf Schleimhäute von Nase oder Mund verteilt werden und so zu einer Ansteckung führen.

Schwangere können die Erreger an ihr ungeborenes Kind weitergeben, unabhängig davon, ob die Mutter Krankheitszeichen entwickelt oder ob die Erkrankung unbemerkt verläuft. Das Ungeborene ist hierdurch sehr gefährdet.

#### *Über verunreinigte Gegenstände*

Die Erreger sind auch in der Umwelt sehr widerstandsfähig. Auch über Gegenstände wie Türklinken oder Spielzeug, an denen Erreger haften, können die Viren übertragen werden und zu einer Ansteckung führen.

#### *Über Blutkonserven*

In seltenen Ausnahmefällen ist eine Übertragung auch durch eine mit Viren befallene Blutkonserve möglich.

### Welche Krankheitszeichen haben Erkrankte?

Häufig verlaufen Ringelröteln ohne oder nur mit leichten Krankheitszeichen oder mit Krankheitszeichen wie bei einem grippalen Infekt mit Fieber, einer Schwellung der Lymphknoten, Kopfschmerzen und Unwohlsein. Gut erkennbar ist die Krankheit an dem typischen Hautausschlag. Dabei bildet sich ca. 1 bis 2 Wochen nach einer Ansteckung zunächst eine schmetterlingsförmige, großfleckige Rötung auf beiden Wangen. Ein bis zwei Tage später zeigen sich fleckförmige, rote Hautveränderungen auf Schultern, Oberarmen, Oberschenkeln und Gesäß, die sich in ihrer Form ändern können und sich später Girlanden- oder Ringelförmig ausbilden. Der Ausschlag blässt nach 7 bis 10 Tagen ab, kann aber gelegentlich bei Stress, Sonnenbelastung oder aus anderen Ursachen in den Folgetagen noch einmal deutlicher werden. Selten besteht Juckreiz, gelegentlich ein Spannungsgefühl.

*Komplikationen* sind selten. Meist heilen die Ringelröteln ohne weitere Komplikationen vollständig aus. Gelegentlich kommt es zu vorübergehenden Gelenksbeschwerden oder Gelenkentzündungen, insbesondere bei Frauen und Mädchen. Bei Menschen mit einer Abwehrschwäche oder mit bestimmten erworbenen oder vererbten Blutkrankheiten wie Thalassämie oder Sichelzellanämie kann die Erkrankung zu bedrohlicher Blutarmut führen.

### Wann bricht die Krankheit aus und wie lange ist man ansteckend?

Die Zeit zwischen der Ansteckung und dem Auftreten des typischen Hautausschlages beträgt ca. 1 bis 2 Wochen. Die Ansteckungsgefahr für andere ist in den Tagen vor Auftreten des Hautausschlages am höchsten. Damit ist man zu einer Zeit für andere ansteckend, in der man noch nicht weiß, dass man die Viren in sich trägt. Sobald der Hautausschlag auftritt, geht die Ansteckungsgefahr deutlich zurück. Auch wenn die Ringelröteln ganz ohne erkennbare Krankheitszeichen verlaufen, ist der Betroffene ebenfalls für einige Tage ansteckend.



Informationen über Krankheitserreger beim Menschen  
– Hygiene schützt!

## Wer ist besonders gefährdet?

Mit den Erregern der Ringelröteln infizieren sich vor allem Kinder im Vorschulalter. Ältere Kinder, Jugendliche und Erwachsene können sich aber ebenfalls anstecken. Im Erwachsenenalter verlaufen die sonst meist milden Erkrankungen häufig schwerer. Gefährdet sind besonders Schwangere, die Ringelröteln noch nicht durchgemacht haben und daher keinen Schutz gegen Ringelröteln haben. Während der Schwangerschaft, besonders bis einschließlich der 20. Schwangerschaftswoche, können die Viren auf das ungeborene Kind übertragen werden. Die Blutbildung des Ungeborenen kann dabei lebensgefährlich geschädigt werden. Fehl- oder Totgeburt können die Folge sein. Ebenfalls gefährdet sind Menschen mit einer Abwehrschwäche oder einer erworbenen oder vererbten Krankheit des Blutsystems.

## Was muss ich bei einer Erkrankung beachten?

- ▶ Eine Behandlung der Beschwerden ist normalerweise nicht erforderlich, da die Erkrankung vor allem bei Kindern in der Regel harmlos verläuft. Die Patienten sollten bei Fieber, Muskel- oder Gelenkschmerzen Bettruhe einhalten.
- ▶ Erkrankte sollten nicht in die Hand niesen oder husten. Am besten ist es, Einmaltaschentücher zu benutzen, die nach dem Gebrauch direkt entsorgt werden. Anschließend gründlich Hände waschen.
- ▶ Bei Fieber können fiebersenkende Medikamente verabreicht werden.
- ▶ In der Abheilungsphase können bei rauer oder schuppender Haut gezielt Hautpflegeprodukte verwendet werden.
- ▶ Schwangere, die Kontakt mit an Ringelröteln Erkrankten hatten, sollten sich umgehend bei ihrer behandelnden Ärztin oder ihrem Arzt melden.
- ▶ Das Personal, insbesondere in Betreuungseinrichtungen für Kinder im Vorschulalter, muss über mögliche Gefährdungen durch Ringelröteln bereits vor oder spätestens bei Aufnahme der Tätigkeit aufgeklärt sein.
- ▶ Schwangere ohne ausreichenden Schutz vor Ringelröteln sollten während der Schwangerschaft in Einrichtungen für Kinder im Vorschulalter bis einschließlich der 20. Schwangerschaftswoche nicht beruflich eingesetzt werden. Näheres regeln entsprechende Arbeitsschutzbestimmungen.

## Wie kann ich mich schützen?

Es ist sehr schwer, sich vor Ringelröteln zu schützen, da die Ansteckungsgefahr am größten ist, bevor die ersten Krankheitszeichen auftreten. Gegen Ringelröteln gibt es – anders als bei Röteln – keinen Impfstoff. Da Ringelröteln über Speichel oder Tröpfchen in der Luft und über Hände übertragen werden, können nur allgemeine Hygiene-Maßnahmen das Übertragungsrisiko senken.

Dazu gehört:

- ▶ Meiden Sie den Kontakt mit Menschen, die sich mit Ringelröteln angesteckt haben könnten.
- ▶ Waschen Sie sich regelmäßig und gründlich die Hände mit Wasser und Seife.
- ▶ Vermeiden Sie es, mit ungewaschenen Händen ins Gesicht, v.a. an Mund, Nase und Augen zu fassen.
- ▶ Schwangere, die keinen Schutz vor Ringelröteln haben, sollten bei Auftreten von Ringelröteln, vor allem in Kindergärten, diese Einrichtung nicht betreten.
- ▶ Lassen Sie vor einer geplanten Schwangerschaft testen, ob ein Immunschutz gegen Ringelröteln bei Ihnen besteht, insbesondere wenn Sie familiären oder beruflichen Kontakt zu Kindern im Alter von unter sechs Jahren haben.

## Wo kann ich mich informieren?

Das örtliche Gesundheitsamt steht Ihnen für weitere Beratung zur Verfügung. Dort liegen Informationen und große Erfahrung im Umgang mit der Krankheit vor. Weitere Informationen zum Krankheitsbild gibt es auch im Internet auf den Seiten der Kinderärzte im Netz ([www.kinderaerzte-im-netz.de](http://www.kinderaerzte-im-netz.de)). Informationen zum Infektionsschutz durch Hygiene finden Sie auf den Seiten der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung ([www.infektionsschutz.de](http://www.infektionsschutz.de)).



STAMPEN

Herausgeberin:

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Köln.  
Alle Rechte vorbehalten.Erstellt in Zusammenarbeit mit dem Bundesverband der  
Ärztinnen und Ärzte des Öffentlichen Gesundheitsdienstes e.V.Diese Bürgerinformation wird auf der Homepage  
[www.infektionsschutz.de](http://www.infektionsschutz.de) kostenlos zum Download angeboten.