



## Merkblatt Röteln

Stand: Januar 2018

### Was sind Röteln?

Röteln sind hoch ansteckend. Die Erkrankung wird durch Viren ausgelöst. Im Kindesalter verläuft eine Röteln-Infektion meist ohne Komplikationen. Erkrankt jedoch eine schwangere Frau, kann das ungeborene Kind schwere Schäden erleiden. Die Zahl der Erkrankungen ist in Deutschland durch Impfungen stark zurückgegangen.

### Wie werden Röteln übertragen?

Röteln-Viren werden ausschließlich von Mensch zu Mensch übertragen, am häufigsten durch eine sogenannte Tröpfcheninfektion. Dabei können sich die Erreger beim Husten, Niesen oder Sprechen über feinste Speichel-Tröpfchen in der Luft verbreiten und von anderen eingeatmet werden. Schwangere, die an Röteln erkranken, können die Viren auf das ungeborene Kind übertragen.

### Wie äußert sich die Erkrankung?

#### Bei Kindern

Nur etwa die Hälfte der Infektionen verläuft mit sichtbaren Krankheitszeichen. Röteln beginnen häufig mit erkältungsähnlichen Beschwerden. Neben einer erhöhten Temperatur können die Atemwege leicht entzündet sein. Der typische Hautausschlag beginnt im Gesicht und breitet sich schließlich über den ganzen Körper aus. Die kleinen hellroten Flecken verschwinden wieder nach 1 bis 3 Tagen. Oft schwellen die Lymphknoten im Nacken und hinter den Ohren schmerzhaft an. Gelegentlich hinzukommen kann auch eine leichte Entzündung der Bindehaut und der Augenlider. Nach etwa 1 Woche klingen die Beschwerden meist vollständig ab.

#### Bei Jugendlichen und Erwachsenen

Hier kann die Krankheit schwerer verlaufen. So können folgende Komplikationen auftreten:

- Bronchitis, Mittelohrentzündung
- vor allem junge Frauen leiden oft unter geschwollenen und schmerzhaften Gelenken
- sehr selten Gehirnentzündung oder Herzmuskel- oder Herzbeutelentzündung

#### Bei Schwangeren

Besonders gefürchtet ist die sogenannte Röteln-Embryopathie. Hierbei werden die Röteln-Viren von einer schwangeren Frau auf ihr ungeborenes Kind übertragen. Dabei können Schädigungen am Innenohr, Herz, Auge und seltener an anderen Organen wie Gehirn, Leber oder Milz auftreten.

- In den ersten 8 Schwangerschaftswochen erleiden 90% der Embryonen Schädigungen.
- Seltener können Schädigungen auch in einer späteren Phase der Schwangerschaft auftreten.
- Auch Früh- oder Totgeburten können durch die Viren ausgelöst werden.
- 15% bis 20% der ungeborenen Kinder sterben.

### Wie lange ist ein Erkrankter ansteckungsfähig?

2 bis 3 Wochen nach der Ansteckung zeigen sich die ersten Beschwerden.

Erkrankte sind 1 Woche vor und bis zu 1 Woche nach dem Auftreten des Ausschlages ansteckend. Neugeborene, die an einer Röteln-Embryopathie erkrankt sind, können das Virus auch noch über Monate ausscheiden.

Wer Röteln durchgemacht hat, ist lebenslang geschützt und kann kein zweites Mal erkranken.

### Wer ist besonders gefährdet?

Da Röteln hoch ansteckend sind, erkranken die meisten bereits als Kinder oder Kleinkinder. Im Erwachsenenalter verlaufen die Erkrankungen oft schwerer. Besonders gefährlich ist eine Infektion für ungeborene Kinder, wenn die Schwangere keine schützenden Antikörper hat, beispielsweise durch eine Impfung oder eine durchgemachte Erkrankung.

### **Was muss ich bei einer Erkrankung beachten?**

- Erkrankte sollten in der akuten Phase Bettruhe einhalten und den Kontakt mit anderen, insbesondere Schwangeren, meiden.
- Eine ursächliche Behandlung gegen Röteln gibt es nicht, es werden ausschließlich die Beschwerden gemildert.
- Informieren Sie die Arztpraxis vor einem Besuch über den Verdacht einer Röteln-Infektion. Dann kann das Praxisteam entsprechende Schutzmaßnahmen ergreifen, insbesondere für schwangere Frauen.
- Ungeschützte Schwangere, die mit Erkrankten in Kontakt gekommen sind, sollten umgehend ihre Ärztin oder ihren Arzt aufsuchen. Dort werden sie weiter beraten und überwacht.
- Weil Röteln von Mensch zu Mensch übertragen werden, kann es sinnvoll sein, dass Kinder und Erwachsene im Krankheitsfall Gemeinschaftseinrichtungen wie Schulen oder Kindergärten vorübergehend nicht besuchen. Die Ansteckungsgefahr ist 7 Tage nach Beginn des Ausschlages zumeist vorbei.

### **Wie kann ich mich und andere schützen?**

#### Impfung

Die Ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt eine Impfung gegen Röteln in Kombination mit einer Impfung gegen Masern und Mumps als sogenannte MMR-Impfung.

- Für Kinder wird der Aufbau eines Impfschutzes in zwei Schritten empfohlen. Beide Impfungen sollten in den ersten beiden Lebensjahren erfolgen: Die erste Impfung sollte im Alter von 11 bis 14 Monaten und die zweite Impfung frühestens vier Wochen nach der ersten Impfung und spätestens gegen Ende des zweiten Lebensjahres erfolgen. Die erste MMR-Impfung kann praktischerweise im Rahmen der U6-Früherkennungsuntersuchung durchgeführt werden. Die erste MMR-Impfung kann bereits ab einem Alter von 9 Monaten erfolgen, wenn das Kind vor dem vollendeten 11. Lebensmonat in eine Gemeinschaftseinrichtung aufgenommen wird.
- Bei ungeimpften Kindern und Jugendlichen sollte die Impfung so schnell wie möglich mit zwei Impfdosen nachgeholt werden.
- Frauen im gebärfähigen Alter sollten vor Beginn der ersten Schwangerschaft zweimal geimpft sein. Eine Impfung gegen Röteln während der Schwangerschaft ist nicht mehr möglich. Zwischen Impfung und Schwangerschaft sollte mindestens 1 Monat liegen.
- Für Mitarbeiter im Gesundheitsdienst oder in Gemeinschaftseinrichtungen, die dort Kontakt zu Schwangeren und Säuglingen oder Kleinkindern haben, wird ebenfalls eine einmalige Impfung gegen Röteln empfohlen, wenn diese nicht in der Kindheit gegen Röteln geimpft wurden oder der Impfstatus unklar ist.

Es ist wichtig, sowohl Mädchen als auch Jungen zu impfen, um Schwangere vor Röteln zu schützen. Denn eine Ansteckung kann über jeden erfolgen.

Meiden Sie den Kontakt mit Erkrankten, wenn Sie keinen ausreichenden Schutz haben.

---

Sollten Sie weitere Fragen haben,  
wenden Sie sich bitte an:

Gesundheitsamt Deggendorf  
Herrenstraße 18, 94469 Deggendorf  
Tel.: 0991 3100 150 FAX: 0991 3100 160