



Der Städtische Fachbereich Gesundheit informiert:

## Ringelröteln

Stand: März 2024

### Was sind Ringelröteln?

Ringelröteln sind eine Infektionskrankheit, die durch Viren (Paravirus B19) ausgelöst wird. Mit Röteln haben Ringelröteln außer dem Namen nichts gemeinsam. Die beiden Erkrankungen werden jeweils von unterschiedlichen Erregern ausgelöst. Die Ringelrötelviren kommen weltweit nur beim Menschen vor. Ringelröteln sind neben Scharlach, Masern, Windpocken und Röteln eine der fünf hoch ansteckenden Kinderkrankheiten, die mit Ausschlag einhergehen können. Erkrankt eine Frau an Ringelröteln, 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. Er kann also kein zweites Mal erkranken.

### Wie stecke ich mich an?

#### **Von Mensch zu Mensch:**

Beim Niesen, Husten oder Sprechen werden Viren ausgeschieden und über feinste Speichel-Tröpfchen in der Luft von Mensch zu Mensch weitergetragen. Auch über die Hände können die Viren weitergegeben werden, wenn ein Erkrankter z.B. in die Hand niest und danach einem gesunden Menschen 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 Infektion unbemerkt verläuft.

#### **Über verunreinigte Gegenstände:**

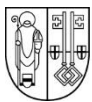
Gemeinsam genutzte Gegenstände wie Handtücher oder Spielzeug können zu einer Ansteckung führen. Denn auch Außerhalb des Körpers sind die Erreger widerstandsfähig.

### 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 dem 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.

### Maßnahmen bei akut Erkrankten

Eine Behandlung der Krankheitszeichen 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. Schwangere, die mit Ringelröteln-Kranken in Kontakt gekommen sind, sollten sich umgehend bei ihrer behandelnden Ärztin oder ihrem Arzt melden.



## **Krankheitsverlauf**

Häufig verlaufen Ringelröteln ganz ohne Krankheitszeichen oder nur milde wie ein grippaler Infekt mit leichtem Fieber, einer Schwellung der Lymphknoten und Unwohlsein. Nur jeder fünfte bis sechste Erkrankte entwickelte den typischen Hautausschlag. Dabei bildet sich 4 Tage bis 3 Wochen nach der Ansteckung zunächst eine symmetrische Rötung auf beiden Wangen. 1 bis 4 Tage später zeigen sich girlanden- oder ringelförmige große rote Flecken auf Schultern, Oberarmen, Oberschenkel und Gesäß, die zumeist weder jucken noch schmerzen. Der Ausschlag kann seine Form verändern und bläst nach 7-10 Tagen ab.

**Komplikationen** sind selten. Meist heilen die Ringelröteln von selbst vollständig aus. Nur gelegentlich kommt es zu Gelenksbeschwerden oder Gelenkentzündung, ins besonders bei jungen Frauen und Mädchen. (Bei Menschen mit einer Abwehrschwäche oder bestimmten Blutkrankheiten (Thalassämie, Sichelzellanämie) kann die Infektion selten zu bedrohlicher Blutarmut führen).

An Ringelröteln erkranken vor allem Kinder zwischen 5 und 15 Jahren. Ältere Jugendliche und Erwachsene können sich aber ebenfalls anstecken. Im Erwachsenenalter verlaufen die sonst meist milden Erkrankungen häufiger schwer. Gefährdet sind besonders schwangere Frauen, die Ringelröteln noch nicht durchgemacht haben und daher keine speziellen Abwehrkräfte gegen Ringelröteln haben. Erkrankt eine schwangere Frau, können besonders im ersten Schwangerschaftsdrittel, die Viren auf das ungeborene Kind übertragen werden. Fehl- oder Totgeburten könne im schlimmsten Fall die Folge sein. Weiterhin sind Personen mit Abwehrschwäche gefährdet oder Personen, die an einer chronischen Erkrankung des Blutsystems leiden.

## **Vorsorge und Bekämpfungsmaßnahmen**

Da die Ansteckungsgefahr am größten ist, bevor die ersten Krankheitszeichen auftreten, ist es kaum möglich, sich vor Ringelröteln zu schützen. Gegen Ringelröteln gibt es – anders als bei Röteln – keinen Impfstoff. Da die Ringelröteln über Tröpfchen und Hände übertragen werden, können jedoch einfache Hygienemaßnahmen im Umfeld von Erkrankten das Übertragungsrisiko senken. Dazu gehört:

- Meiden sie Kontakt mit Menschen, die sich angesteckt haben können.
- Waschen Sie sich häufig und gründlich die Hände mit Wasser und Seife.
- Niesen und husten Sie nicht in die Hand, sondern in die Ellenbeuge.
- Benutzen Sie Einmalhandtücher, die nach dem Gebrauch direkt entsorgt werden.
- Schwangere, die in ihrem Leben noch nicht an Ringelröteln erkrankt sind, sollten Kindergärten und Schulen bei Ringelröteln-Ausbrüchen fernbleiben.
- Lassen Sie vor einer geplanten Schwangerschaft testen, ob ein Immunschutz gegen Ringelröteln bei Ihnen besteht, besonders, wenn Sie Kontakt zu Schul- und Kindergartenkindern haben.
- Das Personal in Kindereinrichtungen und Schulen muss über die mögliche Gefährdung durch Ringelröteln aufgeklärt sein

## **Meldepflicht / Bestimmungen nach dem Infektionsschutzgesetz (IfSG)**

Nach dem Infektionsschutzgesetz besteht keine Meldepflicht für Patienten mit Ringelröteln. Ausgenommen sind gehäufte Erkrankungsfälle in Gemeinschaftseinrichtungen (z. B. Schule, Kindergarten).



## **Wiederzulassung in Gemeinschaftseinrichtungen**

Da mit dem Auftreten des Hautausschlags keine Ansteckungsgefahr mehr besteht, ist ein Ausschluss von Kindern mit Ringelröteln nicht erforderlich. Dennoch sollten Kinder mit einem unklaren infektiösen Ausschlag zunächst dem Haus- oder Kinderarzt zur diagnostischen Abklärung vorgestellt werden, auch zur Abgrenzung gegenüber anderen mit einem Hautausschlag einhergehenden Erkrankungen (z. B. Scharlach, Masern, Röteln)

Für Rücksprachen und Hilfestellungen stehen Ihnen natürlich die Mitarbeiter Ihres Fachbereichs Gesundheit jederzeit gerne zur Verfügung:

Telefon: 02151/86 –3773

Herr Torsten Gratopp

[torsten.gratopp@krefeld.de](mailto:torsten.gratopp@krefeld.de)

02151/86 –3616

Frau Janet Schumann

[janet.schumann@krefeld.de](mailto:janet.schumann@krefeld.de)

Anschrift: Fachbereich Gesundheit

Abt. Infektionsschutz und Umwelthygiene

Gartenstr. 30-32

47798 Krefeld