

# Infektiöse Mononukleose

## Pfeiffer'sches Drüsenfieber

### Was ist Mononukleose?

Infektiöse Mononukleose ist eine sehr häufige und meist harmlos verlaufende Viruserkrankung, die durch das Epstein-Barr-Virus hervorgerufen wird. Schätzungsweise 98 Prozent aller Europäer infizieren sich bis zum 40. Lebensjahr mit dem Virus, was durch Antikörper im Blut nachgewiesen werden kann. Bei mehr als der Hälfte der Betroffenen zeigen sich hauptsächlich drei Symptome: Fieber, Lymphknotenschwellungen und Entzündungen der Mandeln (Tonsillitis) im Rachenbereich mit typischen Blutbildveränderungen (Monozyten).

### Wie wird Mononukleose übertragen?

Das Virus wird über Körperflüssigkeiten übertragen. Da das Virus hauptsächlich im Speichel vorkommt, steckt man sich bei engem Körperkontakt und Küssen besonders leicht an. Im englischsprachigen Raum wird das Pfeiffersche Drüsenfieber daher als „Kissing Disease“, im Deutschen auch als „Kusskrankheit“ bezeichnet.

Ein anderer häufiger Ansteckungsweg ist der unter Kleinkindern, z. B. wenn im Kindergarten, Spielsachen häufig in den Mund gelangen und untereinander ausgetauscht werden.

Auch andere Infektionswege, etwa über Geschlechtsverkehr, Bluttransfusionen oder Organspenden sind möglich, jedoch weitaus seltener.

### Welche Symptome treten bei Mononukleose auf?

**Halsentzündung:** Typisch für das Pfeiffersche Drüsenfieber sind starke Halsschmerzen mit einer intensiven Rötung der Rachenschleimhaut und ausgeprägten Schluckbeschwerden. Die Mandeln und die Lymphknoten schwellen an, manche Patienten bekommen hohes Fieber.

**Ausgeprägte Mattigkeit:** Die Patienten fühlen sich in der akuten Phase der Krankheit extrem abgeschlagen und kraftlos. Meist erholen sie sich innerhalb von ein bis zwei Wochen wieder.

Bei anderen können aber Müdigkeit, Antriebslosigkeit und das allgemeine Krankheitsgefühl lange bestehen bleiben - auch ohne dass zuvor die typischen Symptome von Pfeifferschem Drüsenfieber aufgetreten sind.

Insbesondere bei Sportlern ist eine plötzliche Leistungsschwäche oft das erste, manchmal auch das einzige Anzeichen für die Erkrankung. In einigen Fällen hält die ausgeprägte Mattigkeit mehrere Monate an.

**Geschwollene Milz (Splénomegalie):** Die Milz spielt eine wichtige Rolle in der Krankheitsabwehr und filtert abgestorbene Blutkörperchen aus dem Blut. Während einer Infektion mit dem Epstein-Barr-Virus ist sie besonders gefordert. Im Verlauf der Erkrankung kann sie daher stark anschwellen und manchmal sogar reißen.

Bei Kindern verläuft die Infektion häufig symptomarm, da ihr Immunsystem noch nicht stark auf den Erreger reagiert. Bei Erwachsenen können leichtere Verläufe mit einem grippalen Infekt verwechselt werden. Es sind aber auch schwere Verläufe mit Komplikationen möglich.

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

Die Zeit zwischen Ansteckung und Ausbruch der Erkrankung beträgt bei Kindern 5 bis 21 Tage, im Durchschnitt 10 Tage. Bei Jugendlichen ist sie mit 4 bis 7 Wochen bereits deutlich verlängert.

Frisch Infizierte geben das Virus sehr leicht weiter. In dieser Phase werden besonders viele Erreger über den Speichel ausgeschieden. Dies ist auch noch längere Zeit nach Abklingen der Symptome der Fall. Um andere nicht anzustecken, sollte man daher in den ersten Monaten nach der Erstinfektion auf Küssen weitgehend verzichten und ungeschützten Geschlechtsverkehr vermeiden.

Ein Mensch, der einmal mit dem Pfeifferschen Drüsenfieber infiziert wurde, bleibt ein Leben lang Träger des Virus. Das Immunsystem aber hält den Erreger in Schach, sodass die Krankheit in der Regel nicht erneut ausbricht. Das Virus kann jedoch von Zeit zu Zeit wieder verstärkt in den Speichel abgegeben werden. Alle Vireenträger können daher auch nach Abklingen der Symptome lebenslang andere anstecken.

### **Wie stellt der Arzt die Diagnose?**

Eine eindeutige Diagnose besteht meist nur im Nachweis von Epstein-Barr-Virus-Antikörpern im Blut, da die klinische Diagnose von Pfeifferschem Drüsenfieber allein schwierig ist. Hauptsymptome wie Halsschmerzen, Fieber und Lymphknotenschwellung treten auch bei einfachen grippalen Infekten und Erkältungen auf. In vielen Fällen wird Pfeiffersches Drüsenfieber daher erst entdeckt, wenn das Fieber nicht sinkt oder der Patient wochenlang über Abgeschlagenheit klagt oder eine starke Rachenentzündung nicht abklingt. Die Diagnose wird meist durch eine Blutuntersuchung gestellt.

### **Wie wird die Mononukleose behandelt?**

Im Fall einer Erkrankung ist ein wichtiger Behandlungsgrundsatz die körperliche Ruhe und das Vermeiden von Alkohol und anderer leberschädigender Substanzen. Dadurch lässt sich das Risiko schwerwiegender Komplikationen erheblich verringern.

Ein weiterer Schwerpunkt liegt in der Behandlung der Beschwerden, so werden Schmerzen, Schluckbeschwerden und Fieber gelindert. Halten Sie bei Einnahme von Medikamenten Rücksprache mit Ihrem Hausarzt und ersetzen diese ggf. durch weniger Leber-belastende Mittel.

In der akuten Phase oder bei schweren Infekten sollten Sie ganz auf Sport verzichten, später ist in Absprache mit dem Arzt eventuell ein leichtes Bewegungstraining möglich.

Treten Komplikationen auf, können weitere Behandlungen notwendig werden.

### **Wie können Sie der Krankheit vorbeugen?**

#### **Eine Impfung ist bisher nicht möglich!**

Eine Prophylaxe ist nur bei Risikopatienten mit Immundefekten notwendig und beschränkt sich auf die Vermeidung einer Ansteckung.

Da das Epstein-Barr-Virus in der Bevölkerung sehr stark verbreitet ist, kann man sich davor kaum schützen.

### **Infektionsschutzgesetz**

Eine Meldepflicht besteht nicht. Besondere Maßnahmen in Gemeinschaftseinrichtungen sind nicht erforderlich.

#### **Mehr Informationen?**

☎ Sachbearbeitung: 0431 901-2108,-2117

☎ Ärztliche Beratung: 0431 901-2120,-2130,-4427

Landeshauptstadt Kiel

Amt für Gesundheit

Fleethörn 18-24, 24103 Kiel

[Infektionsschutz@kiel.de](mailto:Infektionsschutz@kiel.de)