

Opryszczka warg i twarzy, jest to choroba skóry spowodowana przez zakażenie wirusem opryszczki zwykłej (herpes simplex virus, czyli HSV typ.1). Szacuje się, że ok. 80% ludności jest zakażone wirusem opryszczki. Nie wszyscy jednak chorują na opryszczkę. U większości osób nie ma objawów zakażenia, nie pojawia się opryszczka. Natomiast część nosicieli wirusa cierpi na nawrotowe występowanie choroby. Częstotliwość występowania opryszczki jest różna u poszczególnych osób. U niektórych występuje ona kilka razy do roku, u innych natomiast pojawia się co kilka tygodni, lub częściej.

### **Jak można się zarazić opryszczką?**

Zakażenie wirusem opryszczki następuje zwykle we wczesnym dzieciństwie drogą kropelkową lub przez bezpośredni kontakt z zakażonymi osobami lub przedmiotami (np. przez pocałunek lub używanie tego samego kubka lub sztućców, czy też np. szminki). Wirus wnika przez skórę lub śluzówkę, przedostaje się do komórek nerwowych i pozostaje tam w stanie utajonym, w zwojach nerwowych. Bytuje tam nieaktywny, utajony, już na zawsze. Utajony wirus nie powoduje objawów aż do czasu uaktywnienia.

### **Co może wpływać na uaktywnienie się wirusa i pojawienie opryszczki na wardze?**

Uaktywniony wirus powraca wzdłuż nerwu ze zwoju, w którym bytuje, do komórek nabłonka skóry, wywołując u chorego uczucie podobne do swędzenia i pieczenia w miejscu, w którym później pojawi się opryszczka. W komórkach nabłonka wirus rozmnaża się, co powoduje powstanie na skórze pęcherzyka wypełnionego płynem surowicznym.

Na uaktywnienie wirusa wpływać mogą:

- przeziębienie, grypa,
- miesiączka,
- zmęczenie,
- niedożywienie,
- uszkodzenie naskórka (skaleczenie, spękane wargi, zabiegi dentystyczne),
- silne nasłonecznienie,
- silne przeżycia, stres.

### **Objawy.**

Objawy opryszczki wargowej: najpierw świąd i zaczerwienienie, następnie pojawiają się drobne pęcherzyki wypełniane płynem surowicznym i mające tendencje do zlewania się. Pęcherzyki pękają po kilku dniach. Sączący się płyn przysycha tworząc strupki. Strupki występują pojedynczo lub tworzy się jeden wielki płaski strup. W czasie pękania pęcherzyków występuje ból lub pieczenie. W okresie tworzenia pęcherzyków, a potem wysychania strupów występuje miejscowe swędzenie. Po około 2 tygodniach objawy skórne ustępują całkowicie nie pozostawiając śladu lub pozostawiając nieznaczne przebarwienia.

Zmiany opryszczkowe pojawiają się na ogół w kąciakach ust, na wargach, na policzkach, w okolicach nosa, w małżowinie nosowej zewnętrznej. Zmiany mogą dotyczyć także narządów płciowych (powoduje je inny typ wirusa opryszczki, HSV typu 2).

### **Czy wirus opryszczki może być groźny?**

Opryszczka objawia się na skórze i błonach śluzowych. Zwykle jest niegroźna, powoduje tylko nieprzyjemne objawy swędzenia i pieczenia wargi, jest też nieestetyczna, co przeszkadza pacjentom. Wirus wykazuje jednak powinowactwo do tkanki nerwowej i glejowej, dlatego następstwa infekcji herpes simplex virus mogą być poważne i niebezpieczne, jeżeli dotyczą układu nerwowego.

Opryszczka pierwotna może wystąpić już w okresie niemowlęctwa lub dzieciństwa i objawia się gorączką, zmianami pęcherzykowatymi na błonach śluzowych jamy ustnej: zapalenie dziąseł, języka, ponadto na wewnętrznych powierzchniach policzków i podniebienia oraz skórze wargi. Jeżeli opryszczka ma charakter zakażenia ogólnego wówczas jej przebieg jest ciężki. Ma to miejsce stosunkowo rzadko.

Wirus opryszczki może zostać przeniesiony przez dotyk na inne części ciała i wywołać tam zakażenie. Bardzo groźne jest przeniesienie wirusa do oka. Może dojść do zapalenia powieki, spojówki oraz do zapalenia rogówki.

### **Leczenie opryszczki wargowej.**

Na zmiany opryszczkowe nie wolno w żadnym wypadku stosować kortykosteroidów i antybiotyków. W razie zastosowania na opryszczkę kortykosteroidów i antybiotyków objawy skórne utrzymują się nawet kilka tygodni, stają się bardziej rozległe i pozostawiają po sobie trwałe przebarwienia.

Właściwym i skutecznym lekiem jest stosowanie miejscowo maści zawierającej acyklowir. Jest wiele preparatów, dostępnych w aptekach, zawierających działający przeciwwirusowo acyklowir. Nie należy odrywać strupka – może dochodzić do nadkażeń bakteryjnych w odkrytej ranie.

Jak nakładać maść zawierającą acyklowir? Przed i po użyciu maści należy zawsze myć ręce, aby zapobiec zainfekowaniu gojącej się ranki, przeniesieniu zakażenia na inne części ciała oraz zakażeniu innych osób. Na czysty palec należy wycisnąć nieco maści, a następnie nałożyć go na chore miejsce. Maść należy nakładać na chore miejsce pięć razy dziennie, co ok. 4 godz. Maść należy stosować przez 5 dni. Jeśli opryszczka w tym czasie się nie zagoi, leczenie można przedłużyć do 10 dni. Jeśli opryszczka nie ustąpi w ciągu 10 dni leczenia lub jest bardzo rozległa, należy udać się do lekarza. Maści przeznaczone są wyłącznie do stosowania na skórę. Nie wolno stosować ich wewnątrz jamy ustnej, nosa i do oczu.

Pojawianie się opryszczki ma charakter nawracający i leczenie nie zapobiega ponownemu zachorowaniu. Jak wspomniano, wirus HSV bytuje na stałe w „uśpieniu” w zwojach nerwowych, uaktywniając się co jakiś czas.

### **Jak postępować w przypadku opryszczki?**

- Opryszczka jest zakaźna. Po dotknięciu pęcherzyków lub nałożeniu kremu na chore miejsce trzeba zawsze myć ręce.
- Należy unikać dotykania oczu.
- Nie wolno całować innych osób, szczególnie małych dzieci.
- Nie wolno rozdrapywać pęcherzyków i strupów, gdyż może to spowodować rozprzestrzenianie się zakażenia lub zainfekowanie ranki.
- Należy używać osobnego ręcznika; należy unikać dotykania pęcherzyków.
- Należy unikać przeniesienia zakażenia przez przedmioty codziennego użytku (np. kubki do picia, szklanki i sztućce). Mycie w gorącej wodzie w pełni je odkaża i zapobiega przeniesieniu wirusa.
- Warto wzbogacić dietę w witamy, zwłaszcza C oraz w produkty bogate w cynk.