



MEXICAANSE GRIEP (A/H1N1): ALGEMENE INFORMATIE

Wat is de Mexicaanse griep?

Het A/H1N1 virus is een nieuwe variant van het gekende influenzavirus. Het ziektebeeld is vergelijkbaar met dat van een normale wintergriep. Het virus kan hoge koorts van meer dan 38°C, hoofdpijn, spierpijn, gewrichtspijn, hoesten, buikloop,... veroorzaken. Het verschil zit hem in het feit dat weinig mensen immuniteit hebben voor dit virus. Daardoor zijn dus veel meer mensen, ook gezonde jonge volwassenen vatbaar voor dit virus.

Hoe kan ik voorkomen dat ik ziek word?

Algemeen geldt dat een gezonde en gevarieerde voeding met voldoende vitaminen, en voldoende (nacht)rust er voor zorgen dat onze weerstand optimaal blijft.

Om besmetting van uzelf en anderen te voorkomen kan u best een aantal basishygiëne maatregelen respecteren:

- Vermijd contact met personen die zichtbaar ziek zijn en/of bewaar voldoende afstand. De druppeltjes die ontstaan bij hoesten en niezen verspreiden zich slechts over een beperkte afstand. Men loopt het grootste risico om besmet te raken als men zich op minder dan 1 meter afstand bevindt van iemand die hoest of niest zonder zijn mond en neus te bedekken.
- Was uw handen regelmatig met water en zeep. Hierdoor beschermt u uzelf tegen rechtstreeks en onrechtstreeks contact met het griepvirus.
- Vermijd zoveel mogelijk om uw neus, ogen en mond aan te raken. Dit zijn ingangspoorten voor microben.
- Bedek uw mond en neus met een papieren zakdoekje als u niest of hoest. Zo voorkomt u dat het virus zich verspreidt.
- Heeft u geen zakdoekje bij de hand bedek dan uw mond en neus met uw hand.
- Gooi gebruikte zakdoekjes onmiddellijk weg in de vuilbak. Het virus kan tijdelijk overleven buiten het lichaam en kan bijgevolg worden overgedragen via recent besmette voorwerpen zoals zakdoeken.
- Was na het niezen, hoesten of snuiten zorgvuldig de handen.
- Blijf thuis als u ziek bent. Mensen zijn het meest besmettelijk vlak nadat de symptomen zich hebben ontwikkeld. Het is dus aan te raden thuis te blijven van zodra je symptomen begint te vertonen. Vraag een huisbezoek aan bij uw huisarts en vermijd zoveel mogelijk contact met gezonde personen.

Welke patiënten behoren tot de risicogroepen voor complicaties door infecties met A/H1N1?

- patiënten met een chronische respiratoire aandoening, inclusief astma,
- patiënten met chronisch hartlijden,
- patiënten met matige tot ernstige nier- en leverinsufficiëntie,
- patiënten met immunodepressie wegens ziekte of behandeling,
- patiënten met diabetes mellitus,
- zwangere vrouwen,
- personen ouder dan 65 jaar,
- kinderen jonger dan 5 jaar,
- patiënten die gehospitaliseerd zijn met een ernstig klinisch beeld

Zullen alle zieken behandeld worden met Tamiflu®?

Alleen de patiënten behorende tot de risicogroepen zullen behandeld worden met dit antiviraal middel. Mensen die in een normale gezondheid verkeren voor aanvang van de ziekte worden dus niet behandeld met dit antivirale middel.

Het heeft geen zin om Tamiflu® preventief in te nemen. Dit middel voorkomt niet dat men ziek wordt, het zorgt er enkel voor dat de symptomen minder ernstig zullen zijn.

Zwangere vrouwen worden behandeld met Relenza®, kinderen met een aangepaste dosis Tamiflu®.

Wat te doen als ik zelf ziek word?

Heeft u koorts (> 38°C) en griepsymptomen (hoest, kortademig, keelpijn, spierpijn, algemeen onwelzijn) dan blijft u thuis en laat u de huisarts langskomen.

Deze zal dan beslissen hoe u verder moet behandeld worden.

Indien een ziekenhuisopname noodzakelijk blijkt, zal de huisarts u een verwijsbrief bezorgen waarmee u zich kan aanbieden op de dienst spoedgevallen.

Moeten alle patiënten met Mexicaanse griep naar het ziekenhuis?

Zieken moeten gestimuleerd worden om contact op te nemen met de huisarts om een huisbezoek aan te vragen. Het is niet de bedoeling om zieken systematisch door te verwijzen naar de spoedgevallendienst van het ziekenhuis.

Grieppatiënten die in rusthuizen en thuisvervangende tehuizen wonen blijven bij voorkeur in de instelling en komen niet naar het ziekenhuis, tenzij er een dringende medische indicatie is voor opname.

Het is van het allergegrootste belang dat hier de nodige aandacht aan gegeven wordt. Als ziekenhuis moeten wij immers in staat zijn de toeloop van zwaar zieken op te vangen en dit lukt ons niet als minder hulpbehoevendenden zich ook aanbieden.

Wat met vaccinatie?

Het griepvaccin tegen de seizoensgriep dat al een aantal jaren gekend is, wordt steeds samengesteld uit de virusstammen die het jaar voordien actief waren. Aangezien we nu te maken hebben met een nieuwe stam, moet er dus ook een nieuw vaccin tegen de Mexicaanse griep gemaakt worden. Vanaf oktober '09 zou dit vaccin ter beschikking zijn. Voorrang zou gegeven worden aan chronisch zieken, kinderen en gezondheidswerkers.

Uzelf laten vaccineren tegen de seizoensgriep heeft zeker en vast nog zin. Het zal immers bescherming bieden tegen de reeds gekende virussen van de wintergriep.

Waar kan ik nog verdere informatie vinden over de Mexicaanse griep?

Voor verdere informatie kan u terecht op de website www.influenza.be.

U kan ook steeds contact opnemen met het team ziekenhuishygiëne van het ziekenhuis.

Contactgegevens team ziekenhuishygiëne:

Dr. Myriam Callaert
Geneesheer ziekenhuishygiënist
St.-Jozefkliniek Bornem en Willebroek
Kasteelstraat 23
2880 Bornem
03/890.59.00
Dr.Callaert@sjk.be

Els De Pinnewaert
Verpleegkundig ziekenhuishygiënist
St.-Jozefkliniek Bornem en Willebroek
Kasteelstraat 23
2880 Bornem
03/890.16.53
els.de.pinnewaert@sjk.be