



Informatiebrief Virale Buikgriep- norovirus

Wat is het?

Vooral in de winter doen zich vaak perioden voor, waarin veel mensen last hebben van 'buikgriep'. Klachten zijn dan vooral braken, diarree en soms ook (lichte) koorts. Meestal worden deze klachten veroorzaakt door een virusinfectie. Infecties komen vaak voor in kinderdagverblijven, basisscholen, verpleeg- en verzorgingstehuizen en van daaruit weer in gezinssituaties.

Verwekker

De aandoening is doorgaans het gevolg van infectie met een calicivirus, een zogenaamd norovirus, voorheen ook wel Norwalkvirus genoemd.

Waar en hoe kun je het oplopen?

Het norovirus loop je op door braaksel en ontlasting van iemand die besmet is.

Denk dan aan de volgende besmettingswegen:

- Toilet: bij toiletgebruik vindt besmetting plaats via toiletbril, spoelknop, kranen en dergelijke.
- Speelgoed en deurknoppen: door contact met deze voorwerpen komt het virus op de handen en daarna in de mond.
- Eten: via de handen komt het virus op eetgerei en in het eten. Door besmet voedsel of drinken te nuttigen vindt zo eveneens besmetting met norovirus plaats.
- Lucht: besmetting vindt ook via de lucht plaats, bijvoorbeeld bij het opruimen van braaksel.
- Water: daarnaast is besmetting via water mogelijk, zowel direct (bijvoorbeeld zwemmen) als indirect (wassen van voedsel, eten van rauwe schelpdieren).

Ziekteverschijnselen

Symptomen zijn misselijkheid, braken, hoofdpijn, buikpijn, diarree en milde koorts. Doorgaans is een waterige diarree aanwezig zonder bloed of slijm. Symptomen treden vaak acuut op.

Duur tot verschijnselen

Na besmetting duurt het gemiddeld één tot drie dagen voordat men ziek wordt.

Immuniteit

Er zijn verschillende typen norovirussen. Dit betekent dat een persoon meerdere keren ziek kan worden van het norovirus.

Besmettelijkheid voor anderen

Norovirus is zeer besmettelijk. Circa 45% van de personen die in aanraking komen met het virus wordt ook ziek. Uitscheiding van het virus vindt plaats via de ontlasting of braaksel. Uitscheiding van het virus begint al vóórdat er ziekteverschijnselen zijn en houdt vervolgens nog zo'n 10 tot 14 dagen aan. De kans op besmetting is bij braken waarschijnlijk groter dan bij diarree.

Maatregelen om ziekte te voorkomen

Er bestaat geen vaccin tegen het norovirus. Strikte naleving van hygiënemaatregelen is de belangrijkste vorm van preventie.

Hygiënemaatregelen:

- was de handen goed ná toiletbezoek en vóór voedselbereiding; gebruik daarbij vloeibare zeep (geen handalcohol) en papieren wegwerphanddoekjes;
- wees extra waakzaam bij het schoonmaken van de toiletten en bij het opruimen van braaksel; gebruik daarbij plastic schort, handschoenen en een mondkapje;
- Reinig voorwerpen en kleine oppervlakken 2x achtereen met een huishoudelijk schoonmaakmiddel (geen gewone zeep) en tussen de 2 schoonmaakbeurten goed laten drogen;
- Desinfecteer NIET met alcohol, dit is NIET zinvol bij norovirussen (ook GEEN Dettol!).

Personen met klachten van buikgriep die werken in de voedselbereiding, of die betrokken zijn bij de patiëntenzorg in ziekenhuizen en instellingen voor bejaarden, moeten tijdelijk andere werkzaamheden verrichten.

Huisarts

Raadpleeg de huisarts als de uitdrogingsverschijnselen optreden. Vochtverlies komt voor bij heftig braken en/of diarree veel vochtverlies optreedt.

Tekenen van uitdroging zijn:

- minder plassen, minder natte luiers;
- donkere urine;
- sufheid;
- droge mond en tong.

Behandeling

Behandeling met medicijnen of stopmiddelen is niet nodig. Laat de patiënt goed drinken, zeker als er sprake is van veel vochtverlies. Bied daarom steeds extra drinken aan, zowel met suiker (zoete dranken) als met zout (bouillon). Doe dat ook als de patiënt regelmatig overgeeft.

De drogist of apotheek verkoopt kant en klare zakjes met de juiste samenstelling aan suikers en zouten (ORS). De inhoud van deze zakjes moet opgelost worden in water.

Genezing

Klachten verdwijnen meestal na 2 tot 5 dagen. Bij personen met een minder goede gezondheid en ouderen duurt het herstel langer.

Complicaties

De ziekte lijkt vrijwel nooit tot ernstige complicaties, hoewel men bij jonge kinderen en ouderen bedacht moet zijn op uitdroging.

Dagverblijf, school, werk

- *Dagverblijf, school*

Weren is niet noodzakelijk. Thuishouden van een kind met verschijnselen van norovirus helpt niet om verspreiding van de ziekte tegen te gaan. Kinderen met norovirus zijn al besmettelijk voordat klachten optreden. Andere kinderen kunnen dus al besmet zijn. Daarom mogen kinderen die zich goed voelen gewoon naar de crèche, het dagverblijf of school. Kinderen die contact hebben gehad met een ziek kind kunnen zelf al besmet zijn. Ook in die gevallen helpt thuishouden niet meer om de ziekte te voorkomen.

- *Werk*

Personen werken in de voedselbereiding of in de patiëntenzorg in instellingen moeten gedurende de ziekteperiode en tot 72 uur na hun herstel andere werkzaamheden verrichten.

GGD

Meld bij GGD Zeeland een opvallend aantal mensen met klachten van braken en/of diarree. De GGD gaat samen met u de situatie in kaart brengen, zo nodig patiëntenmateriaal laten verzamelen voor nader onderzoek, informatie verspreiden en aanvullende adviezen geven. Voor dergelijke meldingen is de GGD Zeeland **24 uur per dag** bereikbaar via telefoonnummer: **0113-249400**.

Nog vragen?

Hebt u vragen? Neem tijdens kantooruren contact op met GGD Zeeland, afdeling Volksgezondheidszorg. Het telefoonnummer is: 0113-249456.

Uitgave GGD Zeeland

November 2008