

Datum: 18 november 2009

Onderwerp: Nieuwe Influenza A (H1N1/ Mexicaanse Griep)

Geachte heer/mevrouw,

De griepgolf van de afgelopen weken lijkt voorbij. Op het hoogtepunt waren zo'n 90 leerlingen ziek. Op dit moment zijn niet meer leerlingen ziek dan deze periode gedurende andere jaren.

Wat is griep?

Griep is een besmettelijke ziekte van de luchtwegen die wordt veroorzaakt door het influenzavirus. Omdat het virus elk jaar iets verandert, kan men ieder jaar opnieuw griep krijgen. Griep komt mede daarom vaak voor in Nederland. Ook kan het griepvirus zo veranderen dat er een geheel nieuw virus ontstaat. De Nieuwe Influenza A is zo'n nieuw virus.

Wat zijn de klachten die passen bij de nieuwe griep?

Een infectie met het Nieuwe Influenza A (H1N1)-virus lijkt op de 'gewone' griep. Griep begint meestal plotseling. De ziekteverschijnselen zijn koorts, koude rillingen, keelpijn, hoofdpijn, spierpijn, hoesten en moeheid. Deze verschijnselen duren enkele dagen tot een week. Hierna kan het enkele weken duren voor iemand zich weer volledig hersteld voelt.

De meest opvallende verschijnselen van de nieuwe griep zijn luchtwegproblemen, zoals hoesten, én koorts (de lichaamstemperatuur is 38,0°C of hoger). Naast deze symptomen komt diarree vaker voor dan bij de gewone griep.

Bestaat er een medicijn tegen de nieuwe griep?

Momenteel is er geen medicijn ter behandeling van de nieuwe griep. Wel zijn er medicijnen (Tamiflu of Relenza) die complicaties en de ziekteduur beperken. Deze medicijnen worden soms ook uit voorzorg (preventief) gebruikt. De jaarlijkse grieprik die door de huisarts aan bepaalde groepen mensen wordt gegeven, werkt alleen tegen de dat jaar verwachte virussen. Het beschermt niet tegen het nieuwe griepvirus.

Wanneer is iemand besmettelijk?

Besmetting van anderen kan plaatsvinden van een dag vóór tot tien dagen ná het begin van de ziekteverschijnselen.

Wanneer weet ik of ik besmet ben?

Bent u besmet met het nieuwe griepvirus, dan duurt het een tot zeven dagen voordat de griepverschijnselen optreden. Wanneer u dus langer dan een week geleden contact had met een grieppatiënt en geen klachten heeft, bent u niet besmet.

Wat moet ik doen als ik binnen een week na het contact klachten krijg?

Krijgt u binnen een week na contact met een grieppatiënt ook griepverschijnselen, dan betekent dit niet meteen dat u de nieuwe griep hebt. Bel echter wel uw huisarts om de volgende dingen te bespreken:

1. vertel dat u contact heeft gehad met een patiënt die mogelijk de nieuwe griep heeft;
2. vertel wanneer u dit contact heeft gehad;
3. vertel wat uw klachten zijn en wanneer die begonnen;
4. vertel of u koorts heeft (Voordat u belt moet u uw temperatuur rectaal meten met een koortsthermometer. Vertel het de arts als u de koorts heeft gemeten met een oorthermometer).

Uw huisarts kan op basis van uw informatie met de GGD overleggen of onderzoek nodig is. Wacht thuis het bezoek van de huisarts of GGD af en ontvang geen ander bezoek.

Wat kan ik doen als ik zelf geen klachten heb?

- hoest met uw gezicht afgewend van andere personen;
- hoest met uw hand voor de mond of in de elleboogholte;
- gebruik papieren zakdoekjes en gebruik deze maar één keer;
- gooi papieren zakdoekjes zorgvuldig weg;
- was uw handen na het hoesten met ruim water en zeep of wrijf uw handen in met handalcohol;
- leer deze gebruiken ook aan uw kind(eren).

Voor meer informatie over Nieuwe Influenza A (H1N1) verwijzen wij u naar de website van het RIVM: www.rivm.nl/cib/themas/nieuwe-influenza

Wij vertrouwen erop dat wij u van dienst zijn met deze informatie.

Hoogachtend,

M. Hakkenberg
Rector