



# Mexicaanse Griep

## Bezorgd over de Mexicaanse griep?

## We zetten alles een op een rij...

### Een nieuwe griep

De Mexicaanse griep wordt veroorzaakt door een nieuw griepvirus. De officiële naam is "influenza A/H1N1". Het virus circuleert nu ook in België, net als andere vertrouwde griepvirussen. De huisarts zal de griep behandelen zoals elke andere griep. Aanvankelijk werden patiënten in ziekenhuizen apart geplaatst om verdere verspreiding te voorkomen, maar aangezien het virus circuleert heeft dat geen zin meer. Risicopatiënten (zie verder) worden van nabij opgevolgd en krijgen antivirale medicatie.

### Symptomen

- Plotse koorts boven de 38°
- Ademhalingssymptomen zoals hoesten of benauwdheid
- Keelpijn, vaak niezen

### Mogelijke andere symptomen:

- Spierpijn
- Rillingen
- Vermoeidheid
- Buikloop of overgeven

Heb je die symptomen, ga dan naar je huisarts.

## **Preventie?**

Een masker gebruiken om je te beschermen is af te raden, behalve in ziekenhuizen en bij hele kwetsbare patiënten. Tips om het risico op besmetting tegen te verkleinen:

- Vermijd contact met een zieke persoon;
- Was regelmatig je handen met zeep;
- Als je niest of hoest, hou dan een papieren zakdoek voor je mond en gooi die meteen daarna in de vuilnisbak;
- Heb je geen zakdoek, bedek dan in ieder geval je mond en je neus!
- Leef gezond (genoeg bewegen, gezond eten en voldoende slapen);
- Ben je zelf ziek blijf dan thuis. Ga niet naar school of boodschappen doen. Zo besmet je anderen niet.

*Een vaccin is in de maak en wordt in het najaar verwacht.*

Goed om weten: wie z'n handen regelmatig wast krijgt ook minder vaak een verkoudheid of een andere griep. Denk ook aan nies- en hoesthygiëne: zakdoekjes niet doorgeven, afstand houden, niezen in papieren zakdoek en weggooien, enz. Alle scholen en CLB's krijgen informatie over de Mexicaanse griep en wat te doen als er werkelijk veel gevallen zouden zijn.

## **Meer informatie kan je vinden op het web:**

### **Over de Mexicaanse griep:**

<http://www.influenza.be/>

[www.ond.vlaanderen.be/griep](http://www.ond.vlaanderen.be/griep)

<http://www.zorg-en-gezondheid.be/subMenuTabulation.aspx?id=562>

### **Over handen wassen:**

Dossier in Klasse <http://www.klasse.be/ouders/11705/Wassen-Vuile-handen>

Handige Hans <http://www.handigehans.be/>

## **Risicopatiënten Mexicaanse griep**

Patiënten met een chronische ademhalingsziekte; waaronder patiënten die de afgelopen 3 jaar geneesmiddelen tegen astma voorgeschreven kregen

- patiënten met een chronische hartaandoening
- patiënten met matige tot ernstige nier- of leverinsufficiëntie
- patiënten met immunosuppressie wegens ziekte of een behandeling
- diabetespatiënten
- zwangere vrouwen
- personen die ouder zijn dan 65 jaar
- kinderen jonger dan 5 jaar
- patiënten die gehospitaliseerd zijn met een ernstig klinisch beeld, onder voorbehoud van de termijn van 48 uur