

Nieuwe Influenza A (H1N1)

Wat is nieuwe influenza A (H1N1)?

Nieuwe Influenza A (H1N1), ook wel Mexicaanse groep genoemd, is griep die veroorzaakt wordt door een nieuw griepvirus. Dit virus is anders dan al bekende menselijke griepvirussen. Het nieuwe virus bevat delen van varkens-, vogel- en menselijke griepvirussen. Nieuwe Influenza A (H1N1) is dus niet rechtstreeks van varkens afkomstig. Het virus is wel in staat om zich van mens op mens te verspreiden.

Hoe krijg je griep?

De griepvirussen zitten in druppeltjes snot, slijm en speeksel. Door praten, hoesten of niezen worden de virussen verspreid. Dit gebeurt vooral in ruimten waar mensen dicht bij elkaar zitten en waar slecht geventileerd wordt, bijvoorbeeld in een trein of bus, een school of kinderdagverblijf.

Ook worden virussen overgedragen via handen en voorwerpen, zoals een deurknop. Als iemand bijvoorbeeld na het vastpakken van de deurknop, zijn mond, neus of ogen aanraakt, kan hij besmet worden.

Wat zijn de verschijnselen van nieuwe Influenza A (H1N1)?

De verschijnselen van Nieuwe Influenza A (H1N1) lijken op gewone griep. Griep bij mensen is een snel optredende ziekte van de luchtwegen die veroorzaakt wordt door het influenzavirus. De ziekte kan van mild tot ernstig verlopen.

De meest voorkomende symptomen van griep zijn:

- koorts
- koude rillingen
- hoofdpijn
- spierpijn
- moeheid
- droge hoest

Soms treedt longontsteking op of kunnen al bestaande ziekten verergeren. Bij de zieken wereldwijd en nu ook in ons eigen land lijkt Nieuwe Influenza A (H1N1) niet anders of ernstiger dan gewone griep.

Hoe wordt griep behandeld?

Griep is een ziekte waarvoor over het algemeen geen behandeling nodig is. Maar omdat we willen voorkomen dat risicopatiënten ernstig ziek wordend, kan de huisarts virusremmers voorschrijven. Hiervoor wordt Tamiflu gebruikt.

Wat zijn de risicogroepen?

- Patiënten met aandoeningen zoals: hart- en longaandoeningen, diabetes mellitus, verminderde nierfunctie, verminderde weerstand tegen infecties
- Personen ouder dan 60 jaar
- Kinderen jonger dan 2 jaar
- Zwangeren in het derde trimester van de zwangerschap

Wat kunt u doen om besmetting te voorkomen?

Omdat de verspreiding van het griepvirus gaat via praten, hoesten of niezen, kunt u uzelf beschermen door niet te dicht in de buurt te komen van patiënten met griepachtige verschijnselen.

Andere maatregelen die u kunt nemen:

- Bedek uw mond als u niest of hoest. Gebruik hiervoor liefst een zakdoek. Leer dit ook aan uw kinderen.
- Gebruik papieren zakdoeken of tissues bij hoesten, niezen of snuiten en gebruik ze éénmalig. Gooi ze daarna direct in de vuilnisbak.
- Was regelmatig uw handen met water en zeep. Let erop dat uw kinderen dit ook regelmatig doen. Droog uw handen met een papieren handdoekje of een keukenrol. Gooi het papier daarna meteen in de vuilnisbak.
- Raak zo min mogelijk uw mond, neus of ogen aan.
- Maak regelmatig schoon. Maak harde oppervlakken en voorwerpen zoals keukenapparatuur en deurklinken regelmatig schoon. Doe dit met een normaal schoonmaakproduct.
- Ventileer regelmatig woon- en slaapruidten.

Meer informatie?

- www.rivm.nl: veelgestelde vragen over het nieuwe influenzavirus A (H1N1). Ook vindt u hier een algemene folder over wereldgriep (grieppandemie) en algemene folders over griep en verkoudheid.
- Postbus 51: 0800 1100 of GGD Midden-Nederland: 030 6086086

Is uw kind ziek of bent uw zelf ziek?

- Blijf thuis, drink voldoende en bedek uw neus en mond als u hoest of niest, het liefst met een papieren zakdoek. Gooi deze na gebruik direct weg en was uw handen. Vermijd zoveel mogelijk contact met andere mensen.
- Bent u of is uw kind ziek dan hoeft u niet naar de huisarts. Bent u zwanger, gaat het om een kind van jonger dan twee jaar, of krijgt u of uw kind jaarlijks een oproep voor de griepprik? Bel dan wel met uw huisarts bij koorts en luchtwegklachten. Ook als de klachten verergeren, moet u contact opnemen met uw huisarts.

Datum: 5 november 2009