

Beste ouders,

Er heerst waterpokken op school. Zie onderstaande mededeling van de site van GGD Hart van Brabant.

Wat is waterpokken?

Waterpokken is een ziekte die wordt veroorzaakt door het varicellazostervirus. De meeste mensen krijgen waterpokken als kind, meer dan 93% van in Nederland opgegroeide kinderen heeft op de leeftijd van 5 jaar waterpokken doorgemaakt.

Wat zijn de ziekteverschijnselen van waterpokken?

Waterpokken start meestal met lichte koorts en hangerigheid bij kinderen. Na 1 of 2 dagen komen er kleine rode bultjes op de huid, beginnend op het hoofd of de romp. Op die bultjes ontstaan blaasjes die veel jeuk veroorzaken. Blaasjes in de mond kunnen pijnlijk zijn. De blaasjes kunnen kapot gaan. Na een paar dagen drogen ze op en worden het korstjes. Als de korstjes er afgevallen zijn, is de ziekte voorbij. De ziekteverschijnselen duren ongeveer 10 dagen. Na het doormaken van waterpokken blijft het virus in niet-actieve vorm in het lichaam achter. Als het virus later in het leven weer actief wordt, kan het gordelroos (herpes zoster) veroorzaken.

Hoe kun je het oplopen en hoe kun je anderen besmetten?

Waterpokken is heel besmettelijk vanaf 2 dagen voor het optreden van huiduitslag totdat alle blaasjes een korstje hebben (meestal uiterlijk 7 dagen na het ontstaan van de blaasjes). Het waterpokvirus zit in de keel en neus van iemand die geïnfecteerd is. Door hoesten, niezen en praten komen kleine druppeltjes met het virus in de lucht. Mensen kunnen deze druppeltjes inademen en besmet worden. Besmetting kan door contact met vocht uit de blaasjes plaatsvinden. De korstjes die later in plaats van de blaasjes komen, zijn niet besmettelijk. Na besmetting duurt het maximaal 3 weken voordat ziekteverschijnselen optreden.

Wie kunnen ziek worden en wie lopen extra risico?

Mensen die waterpokken nog niet hebben gehad kunnen de ziekte krijgen. Pasgeboren baby's, mensen met afweerstoornissen (zoals hiv en leukemie) en zwangere vrouwen die de ziekte nog niet hebben gehad, lopen een kleine kans op complicaties wanneer zij de ziekte krijgen. Bekende complicaties zijn hersenvliesontsteking, longontsteking en middenoorontsteking. De hierboven genoemde mensen die meer risico lopen op complicaties kunnen direct contact met een waterpokkenpatiënt beter vermijden. Wanneer er toch direct contact is geweest, neem dan contact op met de huisarts.

Welke maatregelen kun je nemen om waterpokken te voorkomen?

Inenting tegen waterpokken is mogelijk, maar niet opgenomen in het Rijksvaccinatieprogramma. Besmetting is moeilijk te voorkomen, omdat een waterpokkenpatiënt al besmettelijk is voordat de ziekteverschijnselen optreden. Goede hoesthygiëne kan helpen om waterpokken te voorkomen. Het beste is om bij hoesten en niezen een papieren zakdoekje te gebruiken, dit na gebruik weg te gooien en daarna uw handen te wassen. Als u geen papieren zakdoekje bij de hand heeft, houd dan uw hand voor de neus en mond en was hierna uw handen. Leer kinderen dit ook te doen. Vermijd het contact met de blaasjes van een patiënt, en zorg voor goede handhygiëne bij onvermijdbaar contact. In bijzondere situaties kan er een reden zijn om contacten met een lagere afweer preventief te behandelen met tijdelijke antistoffen tegen de ziekte.

Is waterpokken te behandelen?

Behandeling is meestal niet nodig. De ziekte geneest zonder medicijnen. Wel kunt u zelf de ziekteverschijnselen behandelen. Mentholpoeder kan de jeuk verminderen. Gebruik geen mentholpoeder op open blaasjes van waterpokken. Een goede tip is om de nagels van kinderen met waterpokken kort te houden. Dit beperkt het openkrabben van de jeukende blaasjes, waardoor de wondjes ontstoken kunnen raken.

Kan iemand met waterpokken naar dagverblijf, school of werk?

Als iemand met waterpokken zich goed voelt dan kan die gewoon naar de crèche, het dagverblijf, de peuterspeelzaal, school of werk. Iemand is al besmettelijk voordat die ziek is en kan anderen al hebben besmet. Om verspreiding van waterpokken te voorkomen heeft het daarom ook geen zin om zelf thuis te blijven of uw kind thuis te houden wanneer iemand in uw omgeving waterpokken heeft. Informeer wel de leiding van het kindercentrum of de leerkracht.

Wat doet de GGD?

Leiding of leerkrachten kunnen in overleg met de GGD eventueel andere ouders informeren, zodat zij alert kunnen zijn op verschijnselen van waterpokken bij hun kind. De GGD beschikt over informatiemateriaal. Bij een ongewoon aantal gevallen van waterpokken kan de GGD onderzoek doen en/of voorlichting geven. Ook kan de GGD adviseren eventuele zwangere werknemers die contact hadden met een patiënt met waterpokken contact op te laten nemen met de arbodienst. Voor nadere informatie kunt u contact opnemen met de GGD.