



Kinderziektes

- Bof
- Gordelroos
- Kinkhoest
- Krentenbaard (Impetigo)
- Mazelen
- Ziekte van Pfeiffer
- Rode hond
- Roodvonk
- Vijfde ziekte
- Waterpokken

Bof

Bof is een zeer besmettelijke virusziekte. Bij veel van de besmette kinderen raakt de oorspeekselklier ontstoken. Deze klier zit onderhuids in de wang, voor en onder het oor.

In Nederland worden bijna alle kinderen op de leeftijd van 14 maanden en 9 jaar tegen bof ingeënt (met de zogenaamde BMR-prik tegen bof, mazelen en rode hond). Daardoor is bof een zeldzame ziekte geworden. De bof komt nog wel eens voor in gebieden waar kinderen (vaak om geloofsredenen) niet worden ingeënt. In die gebieden kunnen kinderen die wel zijn ingeënt soms toch een beetje ziek worden.

Wat zijn de verschijnselen?

Bof begint vaak met koorts. Doordat de speekselklier ontstoken raakt zwelt één wang op (soms beide). De zwelling zit voor en onder het oor. Deze kan pijnlijk zijn. Ook de speekselklieren onder de tong en in de keel kunnen ontstoken raken. Eten, kauwen, slikken en het wijd openen van de mond doen dan pijn.

Een op de drie kinderen die besmet raakt, krijgt helemaal geen ziekteverschijnselen. Bof gaat dan ongemerkt voorbij.

Bij kleine kinderen is er een kleine kans op een hersenvliesontsteking. Dit treft ongeveer één op de twee honderd kinderen. Een hersenvliesontsteking met het bofvirus geneest meestal goed. Heel zelden ontstaat doofheid aan een oor.

Als mannen de bof krijgen kan een van de zaadballen ontstoken raken. Dit geeft pijn in de bal die kan uitstralen naar de onderbuik. Vrouwen kunnen soms een eierstok-ontsteking krijgen. Dat geeft pijn links of rechts in de onderbuik.

Hoe ontstaat het? Bof wordt veroorzaakt door het bofvirus. Het virus wordt vooral bij hoesten of praten via speekseldruppeltjes in de lucht overgedragen. Besmette druppeltjes kunnen ook via de handen, via bestek en bekertjes of via het speelgoed op anderen worden overgedragen. Na besmetting duurt het twee tot drie weken voordat de ziekteverschijnselen optreden. Uw kind is al besmet (én kan ook anderen besmetten) voordat het zelf klachten heeft. Bof is besmettelijk vanaf 5 dagen vóórdat de wang opzwellt tot 9 dagen daarna.

Adviezen

- Geef een kind met koorts extra te drinken, eventueel een waterijsje. Eten is minder belangrijk.
- Denk eraan dat zure smaakstoffen de speekselklieren zo kunnen prikkelen dat het pijn geeft.
- Bij koorts moet het lichaam de warmte kwijt kunnen. Kies daarom dunne kleding die losjes om het lichaam zit. In bed is een lakentje vaak voldoende. Als uw kind het koud heeft of rilt, kunt u het tijdelijk extra toedekken.
- Zorg dat uw kind genoeg rust krijgt. Het hoeft niet in bed te blijven en mag ook naar buiten.
- Geef uw kind wat extra aandacht (bijvoorbeeld voorlezen of samen een spelletje doen).
- Geef zo nodig paracetamol tegen de pijn.
- Meld de besmetting op school of op het kinderdagverblijf zodat andere ouders gewaarschuwd kunnen worden over een mogelijke besmetting. Een kind met bof dat iedere dag naar school of naar het kinderdagverblijf gaat heeft zijn klasgenootjes al besmet voordat hij/zij de kenmerken van bof kreeg. Om reden van besmettelijkheid hoeft u een kind met bof dus niet thuis te houden.

Medicijnen

Er zijn geen medicijnen tegen de bof.

Geef zo nodig een paracetamol tegen de pijn.

Hoe gaat het verder?

Na een week wordt de zwelling in de wang minder. Nog een week later is uw kind weer helemaal beter.

Wanneer uw kind normaal is ingeënt (BMR) is de kans klein dat hij of zij erg ziek wordt na contact met een kind dat bof heeft.

Wanneer contact opnemen?

Bel de praktijk als uw kind veel minder drinkt dan normaal (minder dan de helft van wat het normaal drinkt).

Wordt uw kind erg ziek en suf, gaat het braken of blijft het huilen of klaagt het over hoofdpijn dan moet u met spoed bellen of langskomen. Er bestaat dan een kleine kans op een hersenvliesontsteking.

Mannen en vrouwen die besmet zijn, moeten bij pijn in de onderbuik contact opnemen omdat dit kan wijzen op een ontsteking van de bal of eierstok.

- **Wat is gordelroos?**

- Gordelroos (herpes zoster) is een huiduitslag veroorzaakt door het waterpokkenvirus. Het beperkt zich tot één helft van uw lichaam. Gordelroos gaat meestal vanzelf over.

- **Wat zijn de verschijnselen?**

- Er ontstaat jeuk of pijn in een huidstrook van uw gezicht, romp of ledematen. Na enkele dagen ontstaan er rode vlekjes en blaasjes. Soms een paar, soms tientallen. Gedurende een week kunnen er nieuwe blaasjes bij komen. De blaasjes zitten bijvoorbeeld als een gordel om de linker helft van uw borstkas, vandaar de naam gordelroos. De pijn kan hevig zijn en u kunt zich griepig voelen of lichte koorts krijgen. Soms geeft gordelroos alleen jeuk en pijn, zonder vlekjes of blaasjes. Bij gordelroos in het gezicht kan uw oog ontstoken raken.

- **Hoe ontstaat het?**

- Wanneer iemand, meestal als kind, voor het eerst in aanraking komt met het waterpokkenvirus, krijgt hij of zij de waterpokken. Na genezing blijft het virus achter in de zenuwen van de huid. U merkt daar niets van. Soms wordt het virus na jaren weer actief en veroorzaakt het gordelroos. Hoe dat komt weten we niet. De kans hierop is het grootst als u ouder bent dan zestig jaar.

- **Adviezen**

- Laat uw huid zoveel mogelijk met rust. U mag gewoon douchen of in bad. Om uw kleding te beschermen of schuren te voorkomen, kunt u de blaasjes afdekken met zacht wondgaas.

- Was uw handen met water en zeep als u aan de blaasjes heeft gezeten. De blaasjes zijn besmettelijk totdat ze zijn ingedroogd. Het virus zit in het vocht van de blaasjes. Als het virus op uw handen zit, draagt u het gemakkelijk over. Iemand die nog geen waterpokken heeft gehad, kan er waterpokken van krijgen. Het is niet mogelijk om er rechtstreeks gordelroos van te krijgen. Probeer te voorkomen dat vrouwen in de eerste drie maanden van de zwangerschap, baby's en mensen met een ernstig verminderde weerstand besmet raken, omdat een infectie eventueel complicaties kan veroorzaken.

- **Medicijnen**

- In de meeste gevallen hoeft u niets te doen. Op de blaasjes kunt u een indrogende zalf (zink-oxide zalf of pasta) smeren. Zo nodig kunt u een vloeistof (schudsel) of crème op de huid aanbrengen om de jeuk te verzachten. Tegen de pijn kunt u zo nodig *paracetamol* gebruiken. Neem twee tot driemaal per vierentwintig uur een of twee tabletten. Een tablet paracetamol is na 5 uur uitgewerkt. Als dat onvoldoende helpt, kunt u *diclofenac*, *ibuprofen* of *naproxen* proberen. Deze middelen kunnen maagklachten geven.
- Als gordelroos in het gezicht voorkomt of als u bijvoorbeeld verzwakt bent door een ernstige ziekte, wordt aciclovir voorgeschreven. Aciclovir bestrijdt het virus en vermindert de kans op langdurige pijn. Bijwerkingen van aciclovir zijn hoofdpijn en misselijkheid.

- **Hoe gaat het verder?**

- Gordelroos gaat meestal na een tot twee weken vanzelf over. Daarna blijft de huid nog een paar weken vlekkelig. Gordelroos geeft meestal geen littekens, tenzij u heeft gekrabd. Een enkele keer blijven er langdurig klachten bestaan: de plek blijft vlekkelig of gevoelloos of u houdt jeuk of soms heftige pijn. Deze restklachten komen vooral bij ouderen voor. Het komt zelden voor dat iemand een tweede keer gordelroos krijgt.

Wat is kinkhoest?

Kinkhoest is een ziekte van de bovenste luchtwegen gekenmerkt door langdurige, hevige hoestbuien. Zowel kinderen als volwassenen kunnen kinkhoest krijgen.

Wat zijn de verschijnselen?

Kinkhoest begint met een verkoudheid, niezen, lichte koorts en prikkelhoest. Na twee weken ontstaan hevige, plotseling opkomende hoestbuien met opgeven van helder, taai slijm, soms met overgeven. De hoestbui eindigt vaak met een lange gierende inademing. Zuigelingen (jonger dan een jaar) kunnen door de hoestaanval benauwd worden en blauw aanlopen. De hoestbuien zijn uitputtend, waardoor bij baby's de kracht om te drinken kan afnemen. Na enkele weken worden de hoestbuien minder heftig. Toch kan het hoesten vaak drie tot vier maanden duren.

Hoe ontstaat het?

Kinkhoest wordt veroorzaakt door een bacterie (*Bordetella pertussis*). Iemand met kinkhoest kan de bacterie overdragen door niezen of aanhoesten van druppeltjes uit de mond of keel. Als uw kind besmet is, wordt het na één tot drie weken verkouden. Vanaf het begin van de verkoudheid tot ongeveer vier weken daarna kan uw kind de bacterie op anderen overdragen. De ziekte is dus al besmettelijk voordat de kenmerkende hoestbuien optreden.

Adviezen

Kinderen worden in het eerste levensjaar vier keer tegen kinkhoest ingeënt, de eerste keer als ze twee maanden zijn. De inenting geeft een goede maar geen volledige bescherming gedurende vier tot vijf jaar. Als een kind dat is ingeënt toch kinkhoest krijgt, verloopt de ziekte milder. Kinkhoest gaat vanzelf over, al duurt het vaak maanden. Rust kan ervoor zorgen dat uw kind wat minder hoestaanvallen krijgt. Omdat kinkhoest lang duurt, moet u de rust niet afdwingen als uw kind wil spelen.

Op het moment dat kinkhoest wordt herkend, is de meest besmettelijke periode al verstreken en heeft besmetting van anderen meestal al plaatsgevonden. Het heeft dus geen zin een kind met kinkhoest thuis te houden. Het mag gerust naar school. Wel is het zinvol om het op school te melden, zodat andere ouders gewaarschuwd zijn en eventuele kinkhoest bij hun kind kunnen herkennen. Omdat baby's nog niet (volledig) tegen kinkhoest zijn ingeënt, moeten vrouwen die meer dan 34 weken zwanger zijn en baby's jonger dan één jaar proberen besmetting te voorkomen. Als er kans is op besmetting, dienen zij met hun huisarts contact op te nemen.

Medicijnen

Antibiotica hebben over het algemeen geen zin. De hoestbuien worden er niet minder door en de kinkhoestperiode duurt even lang. Alleen indien er in het gezin zwangere vrouwen en baby's (onder één jaar) aanwezig zijn, wordt overwogen het hele gezin antibiotica te geven om besmetting van de baby te voorkomen.

Hoe gaat het verder?

De hoestaanvallen kunnen drie tot vier maanden doorgaan. Een kind dat kinkhoest heeft doorgemaakt, is daarna langdurig tegen de ziekte beschermd.

Wat is krentenbaard?

Krentenbaard (impetigo) is een besmettelijke infectie van de huid. De infectie zit meestal rond de neus of mond, maar kan op het hele lichaam voorkomen. Krentenbaard komt het meest voor bij kinderen onder de negen jaar.

Wat zijn de verschijnselen?

De infectie begint vaak op een plaats waar de huid al beschadigd is (schaafplekje, krabplekje, eczeem). Er ontstaan enkele wondjes, rode plekjes en soms blaasjes met gele pus. Deze ontstoken plekjes kunnen samenvloeien en zich uitbreiden. Als een blaasje openbarst, droogt het in en ontstaat er een honinggele korst. Als er veel wondjes, blaasjes en gele korstjes rond de neus en mond zitten, dan kan het eruitzien als een baard van krenten. Daar komt de naam vandaan. Krentenbaard kan jeuken. Bij krentenbaard in het gezicht zijn er soms zwellingen in de hals te voelen. Dit zijn klieren die opzwellen als reactie op de infectie.

Hoe ontstaat het?

Krentenbaard wordt veroorzaakt door een bacterie. Het gaat meestal om de stafylokok. Kinderen en volwassenen kunnen deze bacterie bij zich dragen (bijvoorbeeld in hun neus) zonder zelf krentenbaard te krijgen. Meestal wordt de bacterie overgedragen via de handen of via besmet speelgoed. Krentenbaard is besmettelijk totdat de wondjes zijn ingedroogd of genezen. De stafylokok kan soms ook door hoesten of niezen worden overgedragen.

Adviezen

De volgende hygiënische maatregelen kunnen helpen verergering en uitbreiding van de krentenbaard tegen te gaan en besmetting van anderen te voorkomen:

- Probeer aanraken of krabben van de wondjes te voorkomen. Als het kind oud genoeg is kunt u ook uitleggen waarom.
- Zorg dat uw kind regelmatig de handen wast met gewone zeep.
- Houd de nagels schoon en kort.
- Was uw kind een keer per dag met zeep.
- Laat uw kind een eigen handdoek gebruiken en neem elke dag een nieuwe handdoek.
- Zorg dat mensen in de omgeving van uw kind regelmatig de handen wassen (informeer de klas of het kinderdagverblijf).
- Eventueel kunt u de dingen die uw kind vaak aanraakt (speelgoed, deuren, trapleuning) een keer per dag schoonmaken.

Ondanks deze maatregelen is besmetting onder kinderen haast niet te voorkomen. Als een schoolkind krentenbaard heeft, dragen meestal meerdere kinderen in de klas de bacterie al bij zich, ook zonder dat u iets aan ze ziet. Het heeft dus weinig zin uw kind thuis te houden om besmetting van anderen te voorkomen. Medisch gezien is er geen reden om uw kind thuis te houden.

Medicijnen

Smeer drie keer per dag fusidinezuurcreme op de plekjes. Dit is een crème met een antibioticum. Gebruik deze tot de wondjes genezen zijn en niet langer dan 14 dagen. Dan kan de huid sneller genezen en zijn de plekjes minder lang besmettelijk.

Is uw kind ook ziek, heeft het koorts (zeldzaam) of heeft het weinig weerstand? Of blijven de wondjes zich steeds verder uitbreiden? Dan krijgt uw kind meestal een antibioticakuur (tabletten om in te nemen).

Hoe gaat het verder?

Krentenbaard gaat binnen één tot drie weken over. Er blijven geen littekens achter. Wanneer uw kind krentenbaard heeft gehad, biedt dat geen bescherming tegen nieuwe infecties met de stafylokok.

Mazelen

Wat zijn de verschijnselen?

Mazelen begint met verkoudheid, hoesten, rode ogen en koorts. Vaak is de koorts hoog. Aan de binnenkant van de wangen ontstaan witte vlekjes. Na een paar dagen komen er rode vlekken op het gezicht, daarna over het hele lichaam. De vlekken worden geleidelijk bruin en kunnen samenvloeien. Dan blijven er vlekjes met normale huidskleur over. De huid kan ook jeuken. De koorts kan verdwijnen en weer heftig terugkomen.

Bij sommige kinderen verloopt mazelen ernstig. Er kan een oorontsteking optreden met soms blijvende doofheid. Uw kind kan een ernstige longontsteking krijgen. Er kan een ontsteking van de hersenen(vliezen) ontstaan, vaak met blijvende hersenschade.

Ernstige vormen van mazelen komen vooral voor bij kinderen onder de vijf jaar of bij volwassenen die niet zijn ingeënt.

Hoe ontstaat het?

Mazelen wordt veroorzaakt door een heel besmettelijk virus. Het virus zit in de neus, mond en keel en wordt bij hoesten of praten via speekseldruppeltjes in de lucht overgedragen. Het virus kan ook via de handen, via bestek en bekertjes of via het speelgoed worden overgedragen. Mazelen is zo besmettelijk dat 'afstand houden' en 'handenwassen' niet helpt. Na besmetting duurt het ongeveer tien dagen voordat uw kind ziek wordt. Mazelen is besmettelijk vanaf 2 dagen vóórdat de eerste ziekteverschijnselen (koorts, verkoudheid, rode ogen) optreden tot 4 dagen nadat de vlekjes verschijnen.

Adviezen

- Geef een kind met koorts extra te drinken, eventueel een waterijsje. Eten is minder belangrijk.
- Bij koorts moet het lichaam de warmte kwijt kunnen. Kies daarom dunne kleding die losjes om het lichaam zit. In bed is een lakentje vaak voldoende. Als uw kind het koud heeft of rilt, kunt u het tijdelijk extra toedekken.
- Zorg dat uw kind genoeg rust krijgt. Het hoeft niet in bed te blijven en mag ook naar buiten.
- Geef uw kind wat extra aandacht (bijvoorbeeld voorlezen of samen een spelletje doen).
- Geef zo nodig paracetamol zodat uw kind zich wat minder ziek voelt.
- **Meld de besmetting op school of op het kinderdagverblijf zodat andere ouders weten dat hun kind mogelijk besmet is. Een kind met mazelen dat iedere dag naar school of naar het kinderdagverblijf is gegaan heeft zijn klasgenootjes al besmet voordat duidelijk wordt dat het mazelen heeft.**

Medicijnen

Tegen mazelen (een virusinfectie) bestaan geen medicijnen. Soms worden antibiotica gegeven als uw kind er een andere infectie (met bacteriën) bij krijgt, bijvoorbeeld een oor- of longontsteking.

Hoe gaat het verder?

Een kind met mazelen geneest meestal na 7 tot 10 dagen. Soms kan het nog een week blijven hoesten. Wanneer uw kind volledig is ingeënt (met twee BMR-prikken) is de kans heel klein dat hij of zij ziek wordt na contact met een kind dat mazelen heeft.

Wanneer contact opnemen?

Bel de praktijk als uw kind met mazelen:

- veel minder drinkt dan normaal (minder dan de helft van wat het normaal drinkt).

- oorpijn krijgt
- veel gaat hoesten
- als de koorts weer terugkomt, na eerst gedaald te zijn.

Bel met spoed of kom langs als uw kind met mazelen

- erg ziek is
- benauwd wordt, snel of anders gaat ademen,
- suf wordt,
- overgeeft,
- kreunt of blijft huilen
- klaagt over hoofdpijn.

Een kind dat in contact is geweest met iemand met mazelen, moet naar de huisarts:

- Als het niet is ingeënt met de BMR-prik;
- Als het vlekjes krijgt in het gezicht met koorts en rode ogen..

- **Wat is de ziekte van Pfeiffer?**

- De ziekte van Pfeiffer is een infectieziekte. Het wordt veroorzaakt door een virus dat in het speeksel voorkomt. Omdat het virus misschien door zoenen wordt overgebracht, wordt de ziekte van Pfeiffer ook wel 'kissing disease' genoemd. Het komt vooral voor bij jong volwassenen.

- **Wat zijn de verschijnselen?**

- Het begint vaak met keelpijn, koorts en pijnlijk opgezette klieren voor en achter in de hals. Ook op andere plekken van uw lichaam kunnen de klieren vergroot zijn. Bij een gewone keelontsteking is de keelpijn meestal binnen een week over. Bij de ziekte van Pfeiffer duurt de keelpijn vaak langer. Sommige mensen krijgen helemaal geen keelpijn. Op het gehemelte kunnen kleine bloeditstortinkjes zichtbaar zijn. Bij sommigen is de lever gevoelig en tijdelijk vergroot. Het kan zijn dat u tijdelijk ook een beetje geel ziet. Daarnaast kunt u last hebben van hoofdpijn, misselijkheid, transpireren en hoesten. Vaak is vermoeidheid het meest opvallende verschijnsel. Sommigen hebben er weinig last van, anderen zijn zo vermoeid dat ze extra rust moeten nemen.

- **Hoe ontstaat het?**

- De ziekte van Pfeiffer wordt door een virus (het Epstein-Barr virus) veroorzaakt. Het virus zit in het speeksel en veroorzaakt een keelontsteking. Het is niet precies bekend hoe het virus wordt overgedragen. De ziekte is niet erg besmettelijk. Het is maar zelden dat huisgenoten de ziekte krijgen. Na besmetting duurt het vier tot zeven weken voordat de eerste ziekteverschijnselen optreden.

- **Hoe wordt het aangetoond?**

- Als keelpijn, vergrote halsklieren en moeheid langer duren dan je bij een normale keelontsteking zou verwachten, dan kan het om Pfeiffer gaan. Bloedonderzoek kan dit bevestigen, maar geeft geen duidelijkheid over de ernst en de duur van de ziekte.

- **Adviezen**

- Wanneer u zich ziek voelt door de Pfeiffer en u heeft koorts en pijn, mag u lekker in bed blijven. Maar het hoeft niet. Als het u lukt en het graag wilt, mag u uw dagelijkse werkzaamheden gewoon voortzetten. Als u merkt dat iets echt te veel of te zwaar is, kunt u rust nemen. Dit geldt zowel voor lichamelijke als geestelijke inspanningen. U kunt ook eten waar u zin in heeft.
- Er zijn ook mensen die het Pfeiffer-virus bij zich dragen, zonder dat ze er ziek van worden. Maatregelen om besmetting te voorkomen hebben geen zin. Apart bestek, kopjes, handdoeken of wc-gebruik zijn dus niet noodzakelijk.

- **Medicijnen**

- Er bestaan geen medicijnen tegen de ziekte van Pfeiffer. Omdat de ziekte door een virus wordt veroorzaakt, hebben antibiotica geen zin. Een keelontsteking kan veel pijn doen. Zorg dan voor goede pijnstilling. Begin met 4 keer per 24 uur 500 mg *paracetamol*. Helpt dit te weinig neem dan 4 keer per 24 uur 1000 mg paracetamol (gedurende twee tot drie dagen). Bij ernstige slijkpijn kunt u de pijnstiller ook als zepil nemen. Pijnstillers zijn ook als oplostablet of poeder verkrijgbaar (eerst in water oplossen), en als kauw- of smelttablet (smelt in uw mond).
- Alleen als paracetamol onvoldoende helpt, kunt u een andere pijnstiller proberen zoals *ibuprofen* of *diclofenac*. Ibuprofen en diclofenac kunnen maagklachten geven.

- **Hoe gaat het verder?**

- De ziekte kan meestal geen kwaad en gaat vanzelf over. Hoelang de ziekte duurt is niet te voorspellen. Meestal blijft het bij een keelontsteking. Bij sommigen kan de moeheid zich weken tot maanden voortslepen.

- Als eenmaal is aangetoond dat u Pfeiffer heeft, is verdere controle niet noodzakelijk. Controle van het bloed heeft geen zin. Iemand kan zich nog steeds ziek voelen terwijl het bloed geen afwijkingen laat zien.
- Iemand die de ziekte heeft doorgemaakt kan het daarna niet nog eens krijgen.

- **Rode hond**

- Rode hond (rubella) is een besmettelijke vlekjesziekte. In Nederland zijn alle meisjes die na 1963 zijn geboren, hiertegen ingeënt. Sinds 1974 worden alle kinderen op de leeftijd van 14 maanden en 9 jaar tegen rode hond ingeënt. Rode hond is daardoor een zeldzame ziekte geworden.

- **Wat zijn de verschijnselen?**

- Rode hond begint vaak met een verkoudheid. De klieren achter de oren en in de hals kunnen opgezet zijn. De temperatuur is soms iets verhoogd. Na een dag ontstaan rozerode vlekjes in het gezicht en achter de oren. De uitslag verspreidt zich binnen een paar uur over het hele lichaam. Soms lijkt het of de hele huid rood ziet. De uitslag verdwijnt na enkele dagen. De klieren kunnen soms nog enkele weken gezwollen blijven. In de helft van de gevallen krijgt het kind helemaal geen ziekteverschijnselen.

- **Hoe ontstaat het?**

- Rode hond wordt door een virus veroorzaakt. Het virus wordt vooral bij hoesten of praten via druppeltjes in de lucht overgedragen. Besmette druppeltjes kunnen ook via de handen, via bestek en bekken of via het speelgoed op anderen worden overgedragen. Na besmetting duurt het twee tot drie weken voordat de ziekteverschijnselen optreden. Rode hond is besmettelijk vanaf 10 dagen vóór tot 7 dagen na het uitbreken van de vlekjes.

- **Adviezen**

- Verzorg het kind als bij een flinke verkoudheid. Geef het veel te drinken. Uw kind mag gewoon naar school. Meld de besmetting op school of op het kinderdagverblijf zodat andere ouders gewaarschuwd kunnen worden over een mogelijke besmetting.

- **Hoe gaat het verder?**

- Rode hond is een onschuldige kinderziekte. Maar als een vrouw die niet tegen rode hond is ingeënt en de ziekte nooit heeft doorgemaakt, in de eerste helft van de zwangerschap besmet raakt, dan kan het virus het ongeboren kind beschadigen.

- **Wanneer contact opnemen?**

- Als u denkt dat uw kind rode hond heeft, is het verstandig met de praktijk contact op te nemen. **Als blijkt dat het inderdaad rode hond is, kunt u de school of het kinderdagverblijf en eventueel bezoek waarschuwen.** Vrouwen in de eerste helft van de zwangerschap die niet tegen rode hond zijn ingeënt en de ziekte niet hebben doorgemaakt, krijgen het advies bij een mogelijke besmetting direct met de huisarts contact op te nemen.

Roodvonk

Wat is roodvonk?

Roodvonk is een infectie door een bacterie. De bacterie wordt bij hoesten en praten overgedragen via druppeltjes in de lucht. Roodvonk is alleen de eerste dagen besmettelijk.

Kinderen vanaf drie jaar, maar ook jongvolwassenen, kunnen de ziekte krijgen. In vergelijking met vroeger is roodvonk zeldzaam en verloopt bovendien minder ernstig. Meestal verdwijnt roodvonk zonder behandeling na ongeveer een week. Er ontstaan maar zeer zelden complicaties (ontsteking van nieren, gewrichten of hartkleppen). Wie voor de tweede keer roodvonk krijgt, is minder ziek.

Hoe kunt u roodvonk herkennen?

Verschijnselen van roodvonk zijn dat uw kind plotseling geen eetlust meer heeft, keelpijn krijgt en koorts die snel oploopt (soms tot 40 graden). Verder krijgt het pijnlijke klieren in de hals en soms overgeven of buikpijn. De tong wordt eerst wit en na drie dagen rood, dik en bobbelig (frambozentong). Op de tweede dag ontstaan op de borst rode, ruwe puntjes op een rode achtergrond: deze uitslag jeukt niet en verspreidt zich over het hele lichaam, vooral naar de oksels en liezen. De huid rond de mond blijft bleek. De koorts daalt binnen drie tot vijf dagen. De uitslag verdwijnt enkele dagen later. De huid kan na twee tot drie weken gaan vervellen, vooral op de handpalmen en voetzolen.

Wat kunt u zelf doen aan roodvonk?

- Geef uw kind voldoende rust
- Laat uw kind veel drinken
- U kunt zonodig paracetamol geven
- Zodra uw kind hersteld is mag het weer naar school

Vijfde ziekte

Wat zijn de verschijnselen?

De vijfde ziekte komt vooral voor bij kinderen van 4 tot 10 jaar, meestal in het voorjaar of de vroege zomer. Het kind krijgt rode wangen met grillige, rozerode vlekjes. De uitslag breidt zich uit naar romp, billen, armen en benen. De vlekjes vloeien samen tot grotere vlekken. Het kind kan wat koorts en jeuk hebben, maar voelt zich verder niet ziek. Na ongeveer tien dagen is de uitslag verdwenen. Bij warmte, kou, inspanning of stress kunnen de vlekjes tijdelijk terugkomen.

Hoe ontstaat het?

De vijfde ziekte wordt door een virus veroorzaakt en is licht besmettelijk. Het virus wordt bij hoesten en praten via druppeltjes in de lucht overgedragen. Na de besmetting duurt het ongeveer twee weken voordat de vlekjes optreden. Het kind kan de ziekte op anderen overdragen in de week voordat de vlekjes verschijnen. Zodra de vlekjes zichtbaar worden is het niet meer besmettelijk.

Adviezen

U hoeft niets te doen. Bij jeuk kunt u mentholpoeder op de huid aanbrengen. Uw kind mag gewoon naar school. Op het moment dat de ziekte zichtbaar wordt, is het kind immers niet meer besmettelijk. Kinderen hebben elkaar vaak al besmet voordat de ziekte zichtbaar is. Andere ouders of personeel maken soms wel bezwaar.

Hoe gaat het verder?

De ziekte gaat vanzelf over, zonder ernstige ziekteverschijnselen. Een kind dat de vijfde ziekte eenmaal heeft gehad, kan de ziekte nooit meer krijgen. Daardoor zijn de meeste mensen (60%) op volwassen leeftijd tegen de ziekte beschermd.

Vrouwen die in de eerste helft van de zwangerschap de vijfde ziekte krijgen, hebben een iets verhoogde kans (9%) op een miskraam of een doodgeboren kindje. U kunt zich hier niet tegen beschermen. De ziekte is immers besmettelijk in de week voordat de uitslag optreedt en de ziekte herkend wordt. Deze vrouwen krijgen het advies met hun huisarts contact op te nemen.

- **Wat zijn waterpokken?**

- Bijna iedereen krijgt als kind waterpokken, meestal in de winter of de vroege lente. Eerst wordt het kind verkouden. Vervolgens ontstaan over het hele lichaam vlekjes en blaasjes, vaak ook in de mond, in het haar en op de oogleden. De uitslag jeukt en kan gepaard gaan met lichte koorts. De blaasjes verdrogen tot korstjes. De korstjes zijn na tien dagen verdwenen.

- **Hoe ontstaat het?**

- Waterpokken worden door een virus veroorzaakt. Het virus wordt bij hoesten en praten via druppeltjes in de lucht overgedragen. Ook door contact met het vocht uit de blaasjes kan het virus worden overgedragen. Daarna duurt het twee tot drie weken voordat de vlekjes ontstaan. De ziekte is heel besmettelijk, vanaf één dag voordat de vlekjes zichtbaar worden totdat de blaasjes zijn ingedroogd. Dit duurt ongeveer tien dagen.

- **Adviezen**

- Houd de nagels schoon en kort en zorg dat uw kind zich niet krabt. Door krabben wordt de jeuk erger en kunnen infecties en littekens ontstaan. Uw kind mag gewoon in bad of onder de douche. Bij pijnlijke blaasjes in de mond kan een waterijsje of koude drank de pijn tijdelijk verzachten. **Het kind kan wat hongerig zijn, maar is meestal niet erg ziek. Als uw kind zich goed voelt, mag het naar school of naar het kinderdagverblijf. Kinderen hebben elkaar immers vaak al besmet voordat de ziekte zichtbaar is. Andere ouders of personeel maken soms wel bezwaar.**

- **Medicijnen**

- U kunt een koelende vloeistof (lotio alba) op de vlekjes aanbrengen. Daardoor vermindert de jeuk en drogen de blaasjes sneller in. Lotio alba kunt u kopen bij uw drogist of apotheek.

- **Hoe gaat het verder?**

- Meestal is uw kind binnen tien dagen genezen. Daarna is het tegen de ziekte beschermd. Een tweede keer waterpokken krijgen is zeer zeldzaam. Het virus kan wel in het lichaam achterblijven en jaren later plaatselijk een huiduitslag veroorzaken. Dit noemt men gordelroos.