

# ACTIEF TEGEN GORDELROOS.



Terwijl je ouder wordt, draag je het virus dat **gordelroos** kan veroorzaken met je mee

## **Terwijl je ouder wordt, draag je het virus dat gordelroos kan veroorzaken met je mee. Hoe zit dat?**

Wist je dat gordelroos (herpes zoster) wordt veroorzaakt door het waterpokkenvirus (varicellazostervirus)? Na genezing blijft het virus in je lichaam en kan op latere leeftijd opnieuw actief worden en gordelroos veroorzaken. Gordelroos is een jeukende en pijnlijke huiduitslag met blaasjes op de huid.



**In Nederland heeft ongeveer 95% van de bevolking waterpokken gehad, jij ook?**

## **Kan ik gordelroos krijgen?**

Iedereen die ooit waterpokken heeft gehad, kan later gordelroos krijgen. Vooral vanaf de leeftijd van 50 jaar. Dit komt omdat de werking van je afweersysteem geleidelijk aan afneemt. Vanaf dan neemt dus de kans op het krijgen van gordelroos toe. Maar ook mensen met een verminderde afweer (bijvoorbeeld door afweeronderdrukkende medicijnen), hebben meer kans om gordelroos te krijgen en kunnen er erger ziek van worden.

## **Heb je nooit waterpokken gehad?**

Dan kan je alsnog waterpokken krijgen door contact met het vocht uit de blaasjes van iemand met gordelroos.



## Hoe herken ik gordelroos?



### Eerste dagen

Enkele dagen voordat gordelroos zich uit, kun je last krijgen van hoofdpijn, koorts, spierpijn en opzwellings van de lymfeklieren. Gordelroos begint met jeuk, tintelingen of een brandende of stekende pijn. De meest voorkomende plaatsen zijn de borst en buik.



### Na enkele dagen

Er ontstaan rode vlekjes en blaasjes in groepjes op het lichaam.



### In een week

Er kunnen nieuwe blaasjes bijkomen.



### Na 10 tot 14 dagen

De blaasjes drogen op en krijgen een korstje.



**De gordelroos verdwijnt meestal binnen 2 tot 4 weken.**

## Complicaties van gordelroos?

In sommige gevallen kan gordelroos complicaties geven. De meest voorkomende complicatie is zenuwpijn. Dit komt voor bij 5-30% van de mensen met gordelroos. Nadat de symptomen zijn verdwenen, kan je last houden van (zenuw)pijn en tintelingen op de aangedane plek. Bij gordelroosinfectie in het gezicht kan een oogontsteking voorkomen. In zeldzame gevallen kunnen verlammingen van de aangezichtsspieren en gehoorverlies optreden.

### Is er een behandeling voor gordelroos?

Gordelroos gaat meestal vanzelf over. Er zijn medicijnen die de pijn kunnen verminderen en een zalf of creme kan helpen tegen de jeuk. Op de blaasjes kan zinkzalf of een neutrale zalf gesmeerd worden. Soms worden er virusremmers voorgeschreven. Dit is het geval als gordelroos in het gezicht zit of bij mensen met een verminderde weerstand voorkomt. Bij erge (zenuw) pijn kan een middel tegen de pijn worden voorgeschreven.

## Preventie



blaasjes niet aanraken



bedek blaasjes



handen wassen



vaccinatie

Gordelroos is niet besmettelijk en kun je dus niet doorgeven. Het vocht uit de gordelroosblaasjes kan wel waterpokken veroorzaken bij iemand die geen waterpokken heeft gehad. Raak de blaasjes daarom zo min mogelijk aan. Zorg ervoor dat de blaasjes bedekt zijn, bijvoorbeeld met een gaasje. Was de handen goed na contact met het vocht uit de blaasjes.

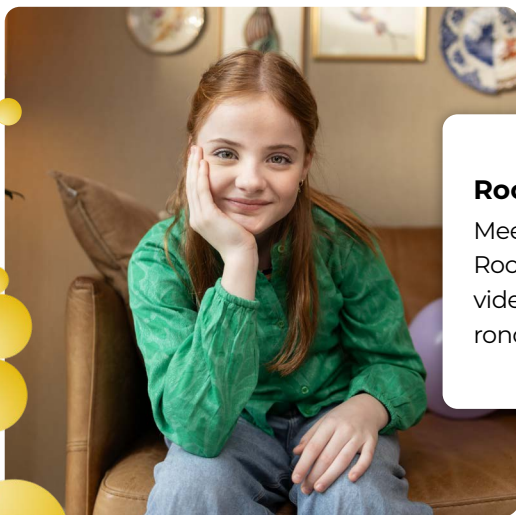
Inenting tegen waterpokken en gordelroos is mogelijk, maar omdat deze vaccinaties niet in het rijksvaccinatieprogramma zitten, zijn de kosten ervan voor eigen rekening. In tegenstelling tot een behandeling werkt inenting preventief, dus het kan voorkomen dat een ziekte ontstaat. Het helpt dus niet zodra je waterpokken of gordelroos doormaakt en ook niet tegen de mogelijke complicaties, als die al zijn ontstaan.

Terwijl je ouder wordt, draag je het virus dat gordelroos kan veroorzaken met je mee. Na jaren kan dit virus weer actief worden. Het risico hierop neemt toe met het ouder worden, vooral vanaf 50 jaar.

**Daarom is het belangrijk op de hoogte te zijn van gordelroos. Je kan het ook met je arts bespreken.**



Lees meer: [www.overgordelroos.nl](http://www.overgordelroos.nl)



### **Roos geeft antwoord**

Meer weten over gordelroos? Roos beantwoordt in verschillende video's de meestgestelde vragen rondom gordelroos.