

Griep

Wat is griep?

Een verkoudheid wordt vaak griep genoemd, maar 'echte' griep is vaak iets anders. Griep wordt veroorzaakt door een virus; het influenzavirus. Het is een besmettelijke ziekte die zich vlug kan verspreiden. Elk jaar krijgt 1 op de 10 mensen de griep. U kan elk jaar opnieuw de griep krijgen.

Welke klachten komen voor?

Vaak begint de griep met hoge koorts en koude rillingen. Meestal zijn er nog andere klachten zoals keelpijn, hoofdpijn, hoest en spierpijn over het hele lichaam.

Wat kan u doen?

- ✓ Voldoende rust nemen
- ✓ Zorg dat je voldoende drinkt
- ✓ Voorkom besmetting; was regelmatig u handen, bedek uw neus en mond als u moet hoesten.
- ✓ Medicatie
 - Antibiotica helpen niet tegen de griep!
 - Neem paracetamol tegen de koorts en spierpijn.

Verder verloop

Deze ziekte gaat meestal spontaan over na 3 tot 5 dagen. Het duurt soms langer dan 10 dagen voordat u er weer bovenop bent.

Neem zeker contact op als u

- ✓ als u kortademig wordt.
- ✓ als er opvallend veel slijm loskomt bij het hoesten.
- ✓ als u suf wordt.
- ✓ als u heel weinig drinkt of plast.
- ✓ als de koorts langer dan vijf dagen aanhoudt.
- ✓ als u opnieuw koorts krijgt nadat u een paar dagen koortsvrij bent geweest.

Vaccinatie

De HGR beveelt aan dat de volgende groepen van personen in dalende volgorde voorrang moeten krijgen voor de vaccinatie tegen seizoensgebonden griep:

- ✓ Groep 1
 - Alle personen vanaf 65 jaar
 - Alle patiënten vanaf 6 maanden die lijden aan een chronische aandoening van het hart, de longen, de lever, de nieren, metabole aandoeningen (suikerziekte), spieraandoeningen of immuunstoornissen.
 - Zwangere vrouwen die in het tweede of derde trimester van hun zwangerschap zijn op het ogenblik van het griepseizoen. Ze worden gevaccineerd vanaf het tweede trimester.
 - Alle personen opgenomen in een instelling.
 - Kinderen van 6 maand tot 18 jaar die een langdurige aspirinetherapie ondergaan.

- ✓ Groep 2
 - Alle personen werkzaam in de gezondheidssector

- ✓ Groep 3
 - Personen die onder hetzelfde dak wonen als
 - De risicopersonen van groep 1
 - Kinderen jonger dan 6 maanden

Daarnaast is het ook aangeraden om alle personen van 50 jaar tem 64 jaar te vaccineren, zelfs indien ze niet aan een risico-aandoening lijden zoals vermeld in groep 1.

Bepaalde beroepsgroepen worden ook aangeraden om zich te laten vaccineren

- Beroepsfokkers van gevogelte en varkens alsook hun naaste familieleden
- Personen die door hun beroep met levend gevogelte en levende varkens in contact komen.

Vragen?

Als u nog vragen heeft, neem dan contact op met de artsen van onze groepspraktijk.