

Reisadvies

Malariapreventie

Wat is malaria?

Malaria is een ernstige aandoening die wordt veroorzaakt door een parasiet die wordt overgedragen door muggen. Deze ziekte komt voor in een groot deel van de wereld.

De tijd tussen een besmettende steek en het uitbreken van de ziekte ligt gemiddeld tussen 10 dagen en 1 maand. De ziekte veroorzaakt koortsaanvallen, maar kan in het begin lijken op een gewone griep. Een aanval kan soms op enkele dagen dodelijk aflopen indien niet tijdig een correcte behandeling wordt toegediend.

Het is dus belangrijk om aan goede preventie te doen en om bij koortsaanvallen in de eerste maanden na terugkeer uit de tropen steeds aan deze ziekte te denken en uw huisarts te raadplegen.

Waar komt malaria voor?

www.who.int/ith - disease distribution maps.

Malaria komt alleen voor in die gebieden waar anophelesmuggen aanwezig zijn : in de tropen en in een groot aantal subtropische gebieden. Vanaf 1500 tot 2500 m kunnen er minder tot geen anophelesmuggen voorkomen, afhankelijk van temperatuur en klimaat op die hoogte. In de meeste grote steden is er weinig of geen risico voor besmetting, behalve in Afrika, waar het risico wel reëel blijft. In de buitenwijken van de grote steden in Azië (o.a. India) kan het risico blijven bestaan. In een aantal gebieden varieert het risico zeer sterk volgens de seizoenen.

Welke voorzorgen kan ik nemen?

- ✓ Vermijd muggenbeten
 - Zorg voor een goede uitwendige afweer. De anophelesmug steekt enkel tussen valavond en dageraad. Let op : ze is eerder klein en zoemt praktisch niet.
 - Draag 's avonds licht gekleurde kledij die zoveel mogelijk armen en benen bedekt. Smeer de niet bedekte delen van het lichaam in met een insectenverdrijvend middel op basis van Deet. Herhaal dit om de 4 à 6u (men kan er de nacht niet volledig mee door).
 - Slaap 's nachts in kamers waar muggen niet binnen kunnen (muggengaas aan de ramen, gebruik elektrisch verwarmde antimug-plaatjes; airconditioning weerhoudt de muggen niet altijd om te steken) of slaap onder een muskietennet, dat met permethrine of deltamethrine geïmpregneerd is, dat boven het bed wordt opgehangen en waarvan de randen onder de matras worden gestopt. Indien deze maatregelen correct worden uitgevoerd, vermindert men het risico op malaria reeds met minstens 80 à 90 %.
- ✓ Medicatie
 - Er bestaan enkele geneesmiddelen die preventief genomen kunnen worden. De meest gebruikte middelen zijn Malarone en Lariam.
 - Welk soort medicatie hangt af van verschillende factoren; zoals uw chronische medicatie, de duur van uw reis, uw bestemming,...
 - Uw arts zal individueel bepalen welk middel voor u het beste is.

Vragen?

Neem voor vragen contact op met de huisartsen van de praktijk. Maak ongeveer 1 maand op voorhand een afspraak bij je huisarts.