

De inhoud van deze Reizigerszorg Nieuwsbrief vloeit voort uit een gezamenlijk initiatief van de GGD'en Noord-Brabant en Zeeland. De Reizigerszorg Nieuwsbrief verschijnt 2 maal per jaar.

#### Redactie:

Annet Blauwhof  
Annemarie de Gouw  
Anja Buntsma  
Annemarie Rouw

#### Vormgeving:

De Code, 's-Hertogenbosch

#### Eindredactie:

Linda Toet

De redactie is benieuwd naar uw reactie op deze Reizigerszorg Nieuwsbrief. Heeft u opmerkingen of suggesties over de inhoud, of heeft u een specifieke vraag die u in de volgende nieuwsbrief beantwoord wilt zien? Neem dan contact op met de afdeling reizigerszorg van de GGD in uw regio. Een telefoontje is voldoende.

#### Zie voor meer informatie:

[www.ggdhvb.nl](http://www.ggdhvb.nl)  
[www.ggdwestbrabant.nl](http://www.ggdwestbrabant.nl)  
[www.ggdbzo.nl](http://www.ggdbzo.nl)

colofon

## Wist u dat...?

- Ziekten als gele koorts, dengue en malaria overgebracht worden door muggen?
- Muggenwering een belangrijk advies is voor een reis naar de (sub)tropen?
- Een muggenwerend middel voldoende DEET moet bevatten?
- Muggen niet altijd te horen of te zien zijn, maar wel ongemerkt kunnen prikken?
- Het aaien of voeren van zielige hondjes, kleine katjes of leuke aapjes altijd risicovol is?
- Kinderen, maar ook volwassenen zich dit niet altijd voldoende realiseren tijdens een vakantiereis?
- Er uit verschillende landen meldingen komen van Mexicaanse griep?
- Reizigers het laatste nieuws hierover kunnen bijhouden via een speciale website?
- Op de website van de GGD verwezen wordt naar de juiste informatiebronnen?



#### GGD Hart voor Brabant

Vogelstraat 2  
Postbus 3166  
5203 DD 's-Hertogenbosch

Telefoon klantadviescentrum  
Reizigerszorg: 0900-vaccins  
ofwel 0900-8222467 (10ct/min)  
[www.ggdhvb.nl](http://www.ggdhvb.nl)

#### GGD West-Brabant

Doornboslaan 225-227  
Postbus 3369  
4800 DJ Breda

Telefoon: (076) 528 20 00  
Telefax: (076) 521 60 62  
[www.ggdwestbrabant.nl](http://www.ggdwestbrabant.nl)

## Indonesië: gordel van smaragd

*Duizenden eilanden vormen samen het land waar veel reizigers hun vakantie doorbrengen, waar backpackers op doorreis zijn en waar velen hun familie opzoeken. Reizen naar Indonesië betekent niet alleen prachtige natuur, witte stranden en kleurige cultuur, maar ook risico's voor de gezondheid. Met de juiste voorbereiding zijn die risico's te beperken.*

### Dengue

In veel landen, en ook in Indonesië, komt de mug voor die de ziekte dengue overbrengt. Deze muggen bevinden zich doorgaans juist op plaatsen waar mensen wonen, namelijk in dorpen en steden. Knokkelkoorts, zoals men de ziekte ook wel noemt, geeft koorts, uitgesproken spier- en gewrichtspijn en een typische huiduitslag. Een behandeling is er niet, alleen symptoombestrijding. In zeldzame gevallen (minder dan 1%) kan het ziektebeeld ernstiger zijn met huid- en slijmvliesbloedingen. De kans op deze ernstige verschijnselen is waarschijnlijk iets hoger als men al eens dengue heeft doorgemaakt. De GGD adviseert daarom om overdag preventief te smeren met een antimuggengel of -lotion waar DEET in zit.

### Malaria

Op alle eilanden in Indonesië, behalve Bali, komt malaria voor. De ziekte wordt, net als dengue, overgebracht door muggen. De malariamug steekt echter 's avonds en 's nachts. Voor Java adviseert de GGD antimugmaatregelen te treffen. Voor de andere eilanden adviseert de GGD daarnaast ook malaria-tabletten, afhankelijk van de plaats en duur van het verblijf. Op het spreekuur

bij de GGD krijgt de reiziger hierover een advies op maat.

### Rabiës of hondsdolheid

Rond de tempelcomplexen in Indonesië lopen aapjes vrij rond, op zoek naar eten. Ook zijn er zwerfhonden en zwerfkatten op de eilanden. Deze dieren kunnen hondsdolheid overbrengen. Reizigers moeten zich bewust zijn van de risico's die zij lopen wanneer zij deze dieren aanhalen of te eten willen geven. Elders in deze nieuwsbrief staat meer informatie over de risico's van rabiës en wat te doen na een beet.

### Vaccinaties

Voor een reis naar Indonesië adviseert de GGD doorgaans drie vaccinaties: DTP, hepatitis A en tyfus. Polio of kinderverlamming, een ziekte waarvan de WHO hoopte dat deze in 2000 de wereld uit zou zijn, komt ook in Indonesië nog steeds voor. Hepatitis A of geelzucht wordt veroorzaakt door een virus dat circuleert onder de bevolking. Voor kinderen is de ziekte meestal niet ernstig, maar volwassenen kunnen maanden ziek zijn. Het virus krijg je vrij gemakkelijk, bijvoorbeeld door je handen af te drogen aan een besmet handdoekje in een toilet en vervolgens een ijsje te

*Lees verder op de volgende pagina*



Gezond de wereld rond



Vervolg van de voorpagina

eten. Twee vaccinaties beschermen de reiziger voor 25 jaar.

### Voedselinfecties

Indonesië staat bekend om zijn veelzijdige keuken. Een lekker pittige en smakelijke maaltijd kan helaas ook wel

eens leiden tot een voedselinfectie. Hygiënerichtlijnen en toezicht hierop zijn anders dan in Nederland. Behalve dat de reiziger geen water uit de kraan moet drinken, is het eten van salades (gewassen in kraanwater), schepijs en het eten bij stalletjes niet zonder risico.

Tijdens het reizigersspreekuur op de GGD krijgt de reiziger informatie over hoe om te gaan met voedingsmiddelen en wat te doen als het toch mis gaat.

Met een goede voorbereiding wordt het een onvergetelijke reis.

## Spoedberichten van het LCR

### Gele Koorts in Brazilië

Bericht van 8 mei 2009:

In Brazilië worden sinds december 2008 in de provincies Rio Grande do Sul en Sao Paulo gevallen van gele koorts gemeld. Volgens het Braziliaanse Ministerie van Gezondheid zijn sinds december 2008 43 gevallen van humane gele koorts in beide provincies bevestigd. Hiervan zijn 16 patiënten overleden. Reizigers naar Brazilië kunnen voorafgaand aan de reis informeren of vaccinatie tegen gele koorts wordt geadviseerd. De gele koortsvaccinatie kan toegediend worden aan kinderen vanaf 9 maanden. Gele koorts is een ernstige tropische ziekte. Het is een virus dat voorkomt bij apen en door muggen wordt overgebracht.

### Mexicaanse griep

Vanaf 17 april 2009 zijn de eerste gevallen van de Mexicaanse griep gemeld in Mexico en de Verenigde Staten. Op 30 april is de Mexicaanse griep voor het eerst in Nederland vastgesteld. Het ministerie van Buitenlandse Zaken raadt niet-essentiële reizen naar Mexico af.

Reizigers wordt geadviseerd de ontwikkelingen te volgen, actuele informatie is te vinden op [www.postbus51.nl](http://www.postbus51.nl).

Voor reizen naar Mexico gelden de volgende adviezen:

- Vermijd contact met zieke mensen.
- Houd een papieren zakdoek voor de mond bij hoesten of niezen en gooi deze daarna weg.
- Was vaak de handen, óók na hoesten, niezen of snuiten of gebruik een alcoholhandgel.
- Vermijd openbare plaatsen zoals musea, theater, bioscopen, sportwedstrijden, drukke restaurants en openbaar vervoer.
- Raadpleeg een arts bij griepverschijnselen.
- Volg de raadgevingen op van de lokale gezondheidsoverheden.
- Het preventief meenemen van oseltamivir (Tamiflu®) wordt niet geadviseerd.

Reizigers die ziek worden na terugkeer uit Mexico en griepachtige symptomen en koorts hebben (meer dan 38,5 graden Celsius), dienen thuis te blijven en hun huisarts te bellen.

## Niets aaien, voeren of optillen

### Gevaarlijk virus

Rabiës (ook wel hondsdolheid genoemd) is een levensgevaarlijke ziekte die u kunt oplopen door een krab, beet of lik van een dier dat zelf besmet is met dit virus. Het virus komt vooral voor in Azië (Indonesië), maar ook in Afrika en Zuid-Amerika.

Rabiës komt voor bij huisdieren zoals honden en katten, maar ook bij wilde zoogdieren zoals vossen, apen en vleermuizen.

Mensen die vanuit hun beroep of hobby met zoogdieren gaan werken, lopen risico. Maar dit geldt ook voor reizigers die op vakantie zijn in gebieden waar rabiës veel voorkomt.

### Verschijselen

Na een beet van een besmet dier kan het wel een jaar duren voordat de ziekte uitbreekt. Maar soms gebeurt dit ook al na twee weken. De ziekte begint met een griepig gevoel, daarna vol-

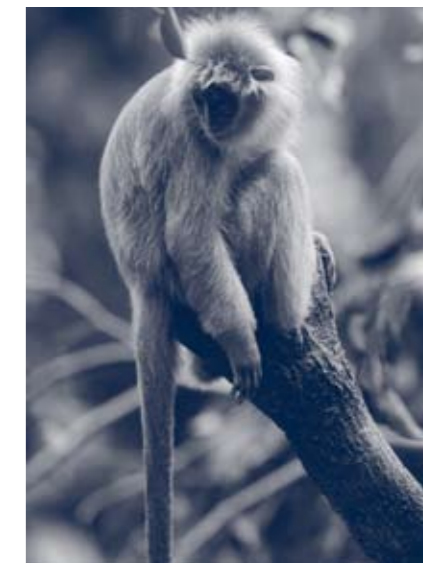
gen klachten die veroorzaakt worden door het uitvallen van het zenuwstelsel, zoals slikklachten en verlammingen die geleidelijk erger worden. De ziekte eindigt onherroepelijk met de dood!

### Hoe te voorkomen

Vermijd contact met loslopende dieren en houd kinderen goed in de gaten. Indien u toch gebeten of gelikt wordt, moet u onmiddellijk de wond goed uitwassen met water en zeep en ontsmetten met betadine. Neem zo snel mogelijk contact met een arts om te beoordelen of antiserum en vaccinaties nodig zijn. Deze moeten liefst binnen 24 uur gestart worden.

### Vaccinatie

Gelukkig is het mogelijk om u tegen rabiës te laten vaccineren. Tijdens het consult bij de GGD worden de risico's besproken en afgewogen. Besluit u tot vaccinatie, dan krijgt u driemaal een injectie. De tweede vaccinatie vindt een week na de eerste plaats, tussen



de tweede en de derde vaccinatie dient moet twee tot drie weken zitten. Beide vervolgspraken worden direct bij de GGD gemaakt.

### Voordelen van vaccineren

Als u gebeten wordt maar gevaccineerd bent, hoeft u geen antiserum. Dit is een groot voordeel omdat het antiserum niet altijd verkrijgbaar is, of van slechte kwaliteit is. Wel moet u nog twee herhalingsvaccinaties krijgen, liefst binnen 24-48 uur na de beet. Deze zijn in de meeste landen wel verkrijgbaar.

Voor reizigers die risico lopen, is een serie vaccinaties tegen rabiës een goede investering.

