

Norovirus – informatie voor de patiënt

Mensen krijgen door het norovirus een ontsteking van de darmen. Een norovirusinfectie is erg besmettelijk. In de volksmond wordt dit vaak "buikgriep" genoemd. Deze infecties komen het hele jaar voor, maar vooral in de wintermaanden. Meer dan de helft hiervan vindt plaats in zorginstellingen, zoals ziekenhuizen en verpleeghuizen. Hier verblijven veel mensen dicht op elkaar en is er intensief contact tussen verpleging en patiënten. Buikgriep is totaal iets anders dan de griep. De griep wordt veroorzaakt door het influenzavirus. De griepvaccinatie geeft bescherming tegen influenzavirus, niet tegen norovirus en dus ook niet tegen buikgriep.

Symptomen

De symptomen van het norovirus treden op 1 tot 3 dagen na besmetting. De meest voorkomende symptomen zijn braken en diarree. Het braken is vaak heftig en kan heel plotseling beginnen. Verder komen koorts, misselijkheid, hoofdpijn en buikkrampen voor. In de meeste gevallen verdwijnen de symptomen binnen 1 tot 4 dagen vanzelf. Bij mensen met een verminderde weerstand, zoals ziekenhuispatiënten, ouderen en jonge kinderen, kunnen de klachten langer duren.

Hoe besmettelijk is het norovirus?

Het norovirus is erg besmettelijk. Ongeveer 45% van de personen die in contact komen met het virus worden ook daadwerkelijk ziek. Er is maar een kleine hoeveelheid virus nodig om ziek te worden. Het virus bevindt zich in de ontlasting en het braaksel van besmette personen.

Verspreiding kan gebeuren via:

- de handen van een besmet persoon;
- toiletten die door een besmet persoon gebruikt zijn;
- voedsel wat door een besmet persoon is klaargemaakt;
- de lucht, bij braken van een besmet persoon.

Behandeling

Er is geen geneesmiddel tegen buikgriep en in principe is behandeling niet nodig. De symptomen verdwijnen in de meeste gevallen vanzelf. Wel is het belangrijk dat patiënten voldoende drinken om uitdroging te voorkomen.

Maatregelen om verspreiding te voorkomen

Alle verpleegafdelingen hebben virusdodende handalcohol. Was goed de handen met water en zeep of maak gebruik van de op de patiëntenkamer aanwezige handalcohol. Vraag uw verpleegkundige hoe u de handalcohol moet gebruiken. Mensen met klachten die passen bij een norovirusinfectie worden geïsoleerd verpleegd. Meestal is dit op een éénpersoonskamer. Dit is om te voorkomen dat zij de ziekte overbrengen op anderen. Isolatie houdt in dat de verpleging en andere zorgverleners een overschort en

handschoenen aantrekken voor zij de kamer binnenkomen. Als u of één van de kamergenoten overgeeft, dan draagt de medewerker ook een mondneusmasker. U mag alleen gebruik maken van het toilet dat u aangewezen is door de verpleging. Het is belangrijk dat u uw handen na toiletgang grondig wast met water en zeep en afdroogt met een papieren handdoekje. Ook vóór het eten dient u uw handen te wassen met water en zeep. Als uw handen niet zichtbaar vies zijn of plakkerig aanvoelen mag de handalcohol op de kamer worden gebruikt. Om besmetting van anderen te voorkomen mag u alleen de kamer verlaten na overleg met de verpleging.

Onderzoeken die niet strikt medisch noodzakelijk zijn worden uitgesteld. Dit wordt bepaald door uw behandelaar. Wanneer onderzoeken toch moeten doorgaan, worden er extra maatregelen getroffen om besmetting van andere patiënten te voorkomen. Het onderzoek wordt daarom meestal verplaatst naar het einde van het programma of het einde van de dag. De isolatiemaatregelen op de verpleegafdeling worden opgeheven in overleg met de verpleegafdeling. Meestal is dit 48 uur na de laatste klachten van braken en/of diarree.

Maatregelen voor bezoekers

Bezoek hoeft geen maatregelen te nemen. Zij lopen echter wel kans om besmet te raken. Daarom is het belangrijk dat ze voor het verlaten van uw kamer de handen grondig wassen met water en zeep en afdrogen met een papieren handdoekje. Wanneer uw bezoek in het ziekenhuis meerdere patiënten wil bezoeken, is het beter dat zij als laatste naar u toekomen en daarna het ziekenhuis direct verlaten. Kleine kinderen kunnen beter pas langskomen als uw klachten voorbij zijn.

Advies voor thuis

Als er in uw directe omgeving iemand is die (mogelijk) besmet is met het norovirus, denk dan aan de volgende dingen:

- De zieke gebruikt bij voorkeur een eigen toilet; kan dit niet, maak dan het toilet na ieder gebruik door de zieke direct schoon.
- Spoel het toilet door met het deksel dicht.
- Was de handen na elk toiletbezoek met water en zeep, daarna de handen goed afdrogen en de gebruikte handdoek dagelijks verschoonen.
- Maak het toilet regelmatig schoon (minimaal dagelijks) met bij voorkeur een chlooroplossing. Vergeet hierbij ook de spoelknop en de deurknop niet! Werk van schoon naar vuil.
- Laat de zieke geen eten klaarmaken voor anderen (totdat de klachten over zijn).
- Doe vuil wasgoed van de zieke direct in de wasmachine. Gebruik hiervoor bij voorkeur handschoenen of was de handen grondig met water en zeep. Spoel het wasgoed van tevoren niet handmatig uit.
- Stel de wasmachine in op een spoel- en wasprogramma van minimaal 40 graden.
- Droog daarna het wasgoed in de wasdroger en/of strijk het wasgoed.
- Wanneer wasgoed van de zieke sterk verontreinigd is met ontlasting of braaksel, overweeg dan het wasgoed weg te gooien in een afgesloten plastic zak, pers hierbij de lucht niet uit de zak.

Tot slot

We begrijpen dat de isolatiemaatregelen voor u niet prettig zijn. We hopen dat u er begrip voor heeft. Als u nog vragen heeft, kunt u deze stellen aan uw arts of verpleegkundige.

Grip op uw zorg via Mijntjongerschans

Mijntjongerschans.nl is het patiëntenportaal van ziekenhuis Tjongerschans. Dit portaal is bereikbaar voor alle patiënten die zijn ingeschreven bij Tjongerschans. Na het inloggen op www.mijntjongerschans.nl met DigiD met sms-verificatie of via de DigiD app heeft u toegang tot uw medische gegevens. U kunt hier ook afspraken maken, een vraag stellen, vragenlijsten invullen en uitslagen bekijken.

DISCLAIMER

Wij adviseren u bij uw bezoek aan de polikliniek en bij opname zo min mogelijk geld, sieraden, dure kleding en andere zaken van (emotionele) waarde mee te nemen naar het ziekenhuis. Het ziekenhuis aanvaardt geen aansprakelijkheid voor schade aan of verlies van dergelijke zaken.