

Norovirus

In deze folder vindt u informatie over het norovirus en de maatregelen die genomen worden om verspreiding tegen te gaan.

Wat is het norovirus?

Het norovirus is een zeer besmettelijk virus dat een ontsteking van het maagdarmkanaal kan veroorzaken. 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 2 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

Bij mensen met klachten die passen bij een norovirusinfectie worden geïsoleerd verpleegd om te voorkomen dat zij de ziekte kunnen overbrengen op anderen. Dit kan op een één- of meerpersoonskamer. 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 een toilet dat u aangewezen is door de verpleging. Het is belangrijk dat u uw handen goed wast met water en zeep, vóór het eten en nádat u naar het toilet bent geweest. Alleen handalcohol die virusdodend is, kan gebruikt worden om de handen te desinfecteren. 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 in overleg met uw behandelaar. Wanneer onderzoeken toch moeten doorgaan, worden er extra maatregelen genomen om besmetting van andere patiënten te voorkomen.

Het onderzoek wordt daarom meestal verzet naar het eind van het programma of eind van de dag. U krijgt natuurlijk altijd de zorg die u nodig heeft. De isolatiemaatregelen op de verpleegafdeling worden opgeheven 72 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 desinfecteren met handalcohol. 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, dan is het erg belangrijk dat:

- De zieke bij voorkeur een eigen toilet gebruikt; 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), spoel het 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.