



Den Haag, 6 november 2009

Onderwerp Nieuwe Influenza A (H1N1)

Geachte ouder,

Op onze school zijn meerdere kinderen (mogelijk) besmet met het Nieuwe Influenza A-virus, ook wel de 'Mexicaanse griep' of 'nieuwe griep' genoemd. Momenteel blijven de zieke kinderen thuis totdat de griepverschijnselen verdwenen zijn. Pas dan zijn zij niet meer besmettelijk en kunnen zij weer gewoon naar de school komen.

Omdat wij merken dat momenteel het aantal besmettingen met Mexicaanse griep toeneemt, willen wij u informeren waarop u moet letten en wat u moet doen bij eventuele griepverschijnselen bij uw kind.

### **Wat is griep?**

Griep is een besmettelijke ziekte van de luchtwegen die wordt veroorzaakt door het influenzavirus. Griep komt in Nederland vaak voor en men kan ieder jaar opnieuw de griep krijgen omdat het virus elk jaar iets veranderd. Ook kan het griepvirus zo veranderen dat er een geheel nieuw virus ontstaat, waartegen het lichaam nog geen weerstand heeft opgebouwd of waartegen nog geen vaccin is ontwikkeld. Het virus dat de Mexicaanse griep veroorzaakt, is zo'n nieuw griepvirus.

### **Wat zijn de klachten die passen bij de nieuwe griep?**

Griep begint meestal plotseling. De ziekteverschijnselen zijn koorts, hoesten, verkoudheid, keelpijn, hoofdpijn, spierpijn en moeheid. Meestal betreft het een combinatie van deze klachten. De verschijnselen duren enkele dagen tot een week. Hierna kan het nog langere tijd duren voordat men zich weer volledig hersteld voelt. Een infectie met het Nieuwe Influenza A (H1N1)-virus lijkt dus op de 'gewone' seizoensgriep. De meest voorkomende verschijnselen van de nieuwe griep zijn luchtwegproblemen, zoals hoesten, keelpijn en neusverkoudheid in combinatie met koorts (voor koorts wordt bij de nieuwe griep een lichaamstemperatuur van 38,0°C of hoger aangehouden). Anders dan bij de gewone seizoensgriep zien we dat bij de nieuwe griep ook diarree regelmatig onderdeel van het ziektebeeld uitmaakt.

### **Bestaat er een medicijn tegen de nieuwe griep?**

Momenteel is er geen medicijn dat het virus effectief doodt. Wel is er een medicijn (oseltamivir, merknaam Tamiflu), dat het virus remt. Deze virusremmer wordt momenteel alleen gegeven aan risicopatiënten met ziekteverschijnselen. Dat zijn mensen met b.v. hartaandoeningen of longziekten. Het wordt dus niet uit voorzorg voorgeschreven aan mensen die risico hebben gelopen. De griepprik die bepaalde groepen patiënten elk jaar bij hun huisarts kunnen halen, werkt alleen tegen de influenzavirussen die dat najaar verwacht worden. Het beschermt dus niet tegen dit nieuwe griepvirus. Hiervoor is een apart vaccin ontwikkeld.

### **Wanneer is iemand besmettelijk?**

Bij de nieuwe griep wordt er vanuit gegaan dat iemand besmettelijk is vanaf het moment dat hij klachten vertoont tot aan het moment dat de koorts is gezakt en de klachten zijn verdwenen. Bij een normaal beloop duurt dit maximaal een week. Een patiënt is doorgaans een week na het ontstaan van de klachten niet meer ziek en dan ook niet meer besmettelijk.

### **Wanneer weet ik of mijn kind besmet is?**

Is uw kind besmet met het nieuwe griepvirus dan duurt het één tot zeven dagen voordat de griepverschijnselen optreden (incubatietijd). Wanneer uw kind langer dan een week geleden contact heeft gehad met een (mogelijke) patiënt en na die week geen griepverschijnselen vertoont, dan is uw kind dus niet door deze grieppatiënt besmet.

### **Wat moet ik doen als mijn kind binnen een week na het contact wel griepklachten krijgt?**

Krijgt uw kind binnen een week na contact met een verdachte grieppatiënt ook griepverschijnselen, dan betekent dit nog niet direct dat uw kind ook de nieuwe griep heeft. Laat uw kind thuis en laat het rust nemen. Het is niet nodig de huisarts te bellen wanneer uw kind ouder is dan 2 jaar en niet tot een risicogroep behoort. Net als bij een normale griep genezen de meeste mensen binnen een week vanzelf. Als de klachten ernstiger worden of er ontstaan alarmsymptomen (sufheid, benauwdheid, niet wegdrubbare vlekjes, onvoldoende drinken etc.) bel dan uw huisarts

U vermeldt de klachten en wanneer die begonnen zijn. Voordat u belt moet u de temperatuur opnemen. Neem hiervoor een koortsthermometer waarmee u (bij voorkeur) rectaal de temperatuur meet. Als u de koorts gemeten hebt met een oorthermometer of uw kind voorafgaand aan de meting koortswerende medicijnen hebt gegeven, dan dient u dit ook aan uw huisarts te melden. Uw huisarts kan beslissen of nader onderzoek nodig is. Wanneer uw kind griepklachten heeft en er nog geen helderheid is over de oorzaak, is het raadzaam uw kind thuis te houden en (onnodig) bezoek te beperken.

### **Wat kan ik zelf doen om verspreiding te voorkomen, ook al heb ik geen klachten?**

- hoest met het gezicht afgewend van andere personen;
- hoest met de hand voor de mond, waarbij een papieren zakdoek wordt gebruikt, of hoest in de elleboogholte;
- de papieren zakdoek maar één keer gebruiken en weggoien in de afvalcontainer;
- na het hoesten de handen wassen met ruim water en zeep of inwrijven met handalcohol.

Leer dit uw kind ook.

Voor meer informatie over Nieuwe Influenza A (H1N1) verwijzen wij u naar de website van het RIVM: [www.rivm.nl/cib/themas/nieuwe-influenza](http://www.rivm.nl/cib/themas/nieuwe-influenza)

Wij vertrouwen erop dat wij u van dienst zijn met deze informatie.

Mede namens de GGD Den Haag,

Met vriendelijke groet,  
Antoinette Gillet, directeur