



# Waterpokken (varicella)

## Wat is waterpokken?

Waterpokken is een ziekte die wordt veroorzaakt door een virus. De meeste mensen krijgen waterpokken als kind.

Waterpokken



## Ziekteverschijnselen

Een kind met waterpokken kan lichte koorts hebben en hangerig zijn. Na één of twee dagen komen er kleine rode bultjes op de huid. Op die bultjes ontstaan blaasjes die veel jeuk veroorzaken. Als de blaasjes in de mond zitten, geven ze pijn. De blaasjes kunnen kapot gaan. Na een paar dagen drogen ze op en worden het korstjes. Als de korstjes afgevallen zijn, is de ziekte voorbij. De ziekteverschijnselen duren ongeveer tien dagen.

Na het doormaken van de waterpokken blijft het virus in inactieve vorm in het lichaam achter. Als het weer actief wordt, kan het gordelroos (Herpes Zoster) veroorzaken.

## Hoe kunt u het oplopen?

Waterpokken is heel besmettelijk vanaf twee dagen voor het optreden van huiduitslag totdat alle blaasjes een korstje hebben. Besmetting kan door contact met vocht uit de waterpokken-blaasjes plaatsvinden. De korstjes die later in plaats van de blaasjes komen, zijn niet besmettelijk. Het waterpokvirus zit ook in de keel en neus van iemand die geïnfecteerd is. Door hoesten, niezen en praten komen kleine druppeltjes met het virus in de lucht. Mensen kunnen deze druppeltjes inademen en besmet worden.

Na besmetting duurt het meestal tot drie weken voordat ziekteverschijnselen optreden.

## Wie kunnen waterpokken krijgen?

Mensen die waterpokken nog niet hebben gehad kunnen de ziekte krijgen.

## Wie lopen extra risico?

Pasgeboren baby's, kinderen met afweerstoornissen (hiv, leukemie, et cetera) en zwangere vrouwen die de ziekte nog niet hebben gehad, lopen een zeer kleine kans op complicaties wanneer zij de ziekte krijgen. Bekende complicaties zijn hersenvliesontsteking, longontsteking en middenoorontsteking. Mensen die risico lopen op complicaties kunnen direct contact met een waterpokkenpatiënt beter proberen te vermijden. Wanneer er toch direct contact is geweest met een waterpokkenpatiënt, neem dan zo spoedig mogelijk contact op met de huisarts.

## Maatregelen om de aandoening te voorkomen

Inenting tegen waterpokken is niet mogelijk. Besmetting is moeilijk te voorkomen, omdat een waterpokkenpatiënt al besmettelijk is voordat de ziekteverschijnselen optreden.

Een goede hygiëne is belangrijk. Het beste is om bij hoesten en niezen een papieren zakdoekje te gebruiken, dit na gebruik weg te gooien en daarna uw handen te wassen. Als u geen papieren zakdoekje bij de hand heeft, houd dan uw hand voor de neus en mond en was hierna uw handen. Leer kinderen dit ook te doen.

### Behandeling

Behandeling door een arts is meestal niet nodig. De ziekte geneest zonder medicijnen. Wel kunt u zelf de ziekteverschijnselen behandelen. Mentholpoeder kan de jeuk verminderen. Gebruik geen mentholpoeder op open blaasjes van waterpokken. Een goede tip is om de nagels van het kind kort te knippen. Dit beperkt het openkrabben van de jeukende blaasjes, waardoor de wondjes zouden kunnen infecteren.

### Dagverblijf, school

Als een kind met waterpokken zich goed voelt dan kan het gewoon naar de crèche, het dagverblijf, de peuterspeelzaal of school. Het kind is al besmettelijk voordat het ziek is. Het kan andere kinderen al hebben besmet en daarom helpt thuishouden van het zieke kind niet om verspreiding van waterpokken te voorkomen. Het heeft ook geen zin om zelf thuis te blijven of uw kind thuis te houden wanneer iemand in uw omgeving waterpokken heeft.

Informeer wel de leiding of de leerkracht. Die kan in overleg met de GGD eventueel andere ouders informeren, zodat die alert kunnen zijn op verschijnselen van waterpokken bij hun kind.

#### GGD West-Brabant

Productteam Infectieziektebestrijding  
Schorsmolenstraat 6  
Postbus 3369 4800 DJ Breda

T: (076) 528 23 52

F: (076) 528 22 39

Homepage: [www.ggdwestbrabant.nl](http://www.ggdwestbrabant.nl)