



# Kinderziekten



Wat je moet weten  
en wat je kan doen.



Wat zijn kinderziekten? .....	p 1
Wat is er aan te doen? .....	p 2
Zijn ze te voorkomen? .....	p 3
Kunnen anderen ervoor behoed worden? .....	p 4
Dien je je arts te raadplegen? .....	p 5
Mazelen .....	p 6
Waterpokken, windpokken of wijnpokken .....	p 8
Rodehond .....	p 10
Roodvonk .....	p 12
Driedaagse koorts .....	p 14
Bof of dikoor .....	p 16
Kinkhoest .....	p 18
Vijfde ziekte .....	p 20
Vaccinatieschema .....	p 22



## Wat zijn kinderziekten?

Het zijn besmettelijke ziekten, veroorzaakt door virussen of bacteriën. Ze verlopen zoals alle infectieziekten. Na de besmetting ontwikkelt het virus of de bacterie zich een tijdlang in stilte, zonder ziekte tekenen te geven. Dat is de zogenoemde incubatietijd, die een paar dagen tot weken kan duren. Daarna breekt de ziekte uit en wordt men ziek. In het geval van de kinderziekten gaat het dikwijls om koorts en huiduitslag, maar de verschijnselen verschillen uiteraard van ziekte tot ziekte. Het bijzondere van kinderziekten bestaat erin dat men ze geen tweede keer kan krijgen.



## Wat is er aan te doen?

Tegen de ziekten zelf bestaat geen behandeling. Het enige wat men kan doen zijn de ziekteverschijnselen verlichten: de koorts doen dalen, de pijn en/of de jeuk stillen, de ademhaling vergemakkelijken. . .

In een aantal gevallen zal men maatregelen nemen om verwickelingen te voorkomen of ongedaan te maken. Naast de heel onschuldige kinderziekten, zoals waterpokken en de vijfde ziekte, bestaan er immers ook min of meer gevaarlijke, zoals mazelen en bof. Niet dat ze op zichzelf schadelijk zijn, wel dat ze soms verwickelingen geven die blijvende schade aanrichten. Een paar kinderziekten zijn levensgevaarlijk: kinkhoest bij zuigelingen en kinderverlamming (polio). Dat is overigens de reden waarom de vaccinatie tegen polio wettelijk verplicht is en waarom de vaccinatie tegen kinkhoest in het standaardpakket inenting zit dat voor kindjes vanaf de leeftijd van 2 maanden aanbevolen wordt.



## Zijn ze te voorkomen?

Het woord is gevallen: vaccinatie. Dat is inderdaad het enige middel waarmee al vele kinderziekten voorkomen kunnen worden. Een vaccinatie is het toedienen van verzwakte of dode micro-organismen of deeltjes ervan, zodat het lichaam er afweerstoffen tegen aanmaakt. Zonder de ziekte echt te krijgen, wordt men er toch tegen bestand.

Met vaccins tegen kinkhoest, polio, rodehond, mazelen en bof is men tegen de gevaarlijkste kinderziekten gewapend. Aangezien daarnaast roodvonk uit zichzelf eerder zeldzaam is, komt men in de praktijk verder vooral nog de zogeheten driedaagse koorts, vijfde ziekte en waterpokken tegen.

Achteraan deze folder vind je een vereenvoudigd vaccinatieschema dat werd aangepast volgens het basisvaccinatieschema van de Hoge Gezondheidsraad van België. Uiteraard kunnen ook je arts of de medewerkers van “Kind & Gezin” je daarover alle nuttige informatie verschaffen.



## Kunnen anderen ervoor behoed worden?

Voor volwassenen is er geen enkel probleem. Die zijn er in de regel toch al tegen bestand. Eén uitzondering evenwel: rodehond. Dat is gevaarlijk voor een ongeboren kind. Daarom moeten zwangere vrouwen die geen afweerstoffen hebben tegen rodehond of er niet tegen gevaccineerd werden, alvast tijdens de eerste helft van hun zwangerschap uit de buurt van een kind met rodehond blijven.

De kinderen uit hetzelfde gezin lopen vanzelfsprekend het grootste gevaar om ook besmet te worden. Maar vaak zijn ze al besmet vooraleer men de ziekte onderkend heeft en het is toch maar uitstel: vroeg of laat zullen ze het toch krijgen (als ze niet gevaccineerd zijn). Men zal dus slechts maatregelen nemen als het om zeer kwetsbare personen gaat. Je arts zal je het juiste advies geven.

Het is noodzakelijk de kinderen voor de duur van hun ziekte uit de school of het kinderdagverblijf te houden, ook als ze zich niet erg ziek voelen. Daar zouden ze immers ware epidemietjes van de ziekte kunnen veroorzaken. Vergeet ook niet de schooldirectie te verwittigen, die het nodige zal doen om de schoolarts in te lichten.



## Dien je je arts te raadplegen?

Ja, de diagnose is namelijk lang niet altijd eenvoudig en men moet toch weten om welke ziekte het precies gaat. Vervolgens moet men weten welke maatregelen genomen dienen te worden om mogelijke verwickelingen te bestrijden. Tenslotte kunnen deskundigen, zoals je arts en apotheker, je het best adviseren in verband met koortswerende middelen of producten tegen jeuk.

**Hierna volgt een overzicht van de 8 belangrijkste kinderziekten.**



# Mazelen

**Verwekker:**  
een zeer besmettelijk virus

**Incubatietijd:**  
10-14 dagen

## Ziekteverschijnselen:

Het begint zoals een verkoudheid: koorts, rode ogen, lopende neus, hoest,... Daarna lijkt je kind beter, maar dan verschijnen donkerrode vlekken, eerst achter de oren, dan op het gezicht en de romp, soms met lichte jeuk. De koorts kan stijgen tot 40°C. Het kind voelt zich erg ziek. Na ongeveer 5 dagen verdwijnt de uitslag en voelt het kind zich beter.

## Mogelijke verwickelingen:

Oorontsteking, longontsteking, keelontsteking en zelden hersenweefselontsteking.

## Hoe kunnen mazelen voorkomen worden?

Door middel van een inenting van de baby die op latere leeftijd nog eens wordt herhaald.

## Wat is er aan te doen?

- Raadpleeg steeds je arts.
- De koorts kan verlaagd worden met een koortswerend middel (bvb. Perdolan® op basis van paracetamol of Perdophen® op basis van ibuprofen).
- Was de ontstoken ogen met lauw water dat vooraf gekookt werd.
- Als het kind niet verbetert na het verdwijnen van de uitslag, raadpleeg dan opnieuw je arts.
- Het kind mag niet naar school tot het genezen is.



Perdolan® (paracetamol) is een geneesmiddel. Geen langdurig gebruik zonder geneeskundig advies. Lees aandachtig de bijsluiter. Vraag raad aan uw arts of apotheker. Perdophen® (ibuprofen) is een geneesmiddel voor kinderen vanaf 6 maand. Geen langdurig gebruik zonder geneeskundig advies. Niet toedienen in geval van maag- of duodenumulcus of in geval van allergie aan salicylaten of aan niet-steroidale anti-inflammatoire middelen. Lees aandachtig de bijsluiter. Vraag raad aan uw arts of apotheker.



# Waterpokken

windpokken of wijnpokken

## Verwekker:

een zeer besmettelijk virus

## Incubatietijd:

10-21 dagen

## Ziekteverschijnselen:

Be gint vaak met lichte koorts. Rode kleine vlekjes in de mond of op de romp, die zich geleidelijk aan verspreiden naar het gezicht, de armen en benen, ... Na enkele uren komen er blaasjes op, die verdrogen zodat een korstje ontstaat dat na een 10-tal dagen afvalt.

## Mogelijke verwickel ingen:

De blaasjes die opengekrabd worden, kunnen ontsteken en littekens worden.

## Hoe kunnen waterpokken voorkomen worden?

Er bestaat een inenting, die echter slechts aangewend wordt in bijzondere gevallen, onder andere bij patiënten met leukemie en bepaalde ernstige ziekten of onder "zware" behandelingen. Je arts kan je hierover informeren.

## Wat is er aan te doen?

- De koorts kan bestreden worden met een koortswerend middel (bvb. Perdolan® op basis van paracetamol). Een koortswerend middel op basis van ibuprofen is hier niet aangewezen.
- Raadpleeg je arts voor een jeukwerend middel dat belet dat de blaasjes worden opengekrabd en besmet raken.
- Hou de nagels van het kind zo kort en zo proper mogelijk om een besmetting te voorkomen.
- Het kind mag niet naar school tot het genezen is.



Perdolan® (paracetamol) is een geneesmiddel.

Geen langdurig gebruik zonder geneeskundig advies. Lees aandachtig de bijsluiter. Vraag raad aan uw arts of apotheker.



# Rodehond

**Verwekker:**  
een virus

**Incubatietijd:**  
14-21 dagen

## Ziekteverschijnselen:

Het begint meestal met een verhoogde lichaamstemperatuur, soms wat symptomen van een verkoudheid (keelpijn, hoesten en hoofdpijn). De klieren in de nek zijn gezwollen. Bleekroze vlekken ontstaan eerst op het gezicht en verspreiden zich op 1 dag tijd over het hele lichaam. De uitslag duurt meestal 3 tot 5 dagen en jeukt niet. De meeste kinderen hebben er weinig last van.

## Mogelijke verwickelingen:

Kinderen met rodehond mogen niet in contact komen met zwangere vrouwen in de eerste helft van de zwangerschap indien deze vrouwen geen afweerstoffen tegen de ziekte hebben of niet gevaccineerd werden. De infectie is immers gevaarlijk voor het ongeboren kind tijdens de eerste 4 maanden. Als de zwangere vrouw zelf voordien de ziekte heeft doorgemaakt en dus afweerstoffen in haar bloed heeft, of ertegen ingeënt werd, dan is er geen gevaar voor de baby.

## Hoe kan rodehond voorkomen worden?

Door middel van een inenting van de baby die op latere leeftijd nog eens wordt herhaald.

## Wat is er aan te doen?

- Raadpleeg je arts om te weten of je kind rodehond heeft en zorg dat het geen contact heeft met zwangere vrouwen.
- Een behandeling is niet echt nodig, gezien het een goedaardige ziekte is.
- Het kind mag niet naar school tijdens 7 dagen na het begin van de uitslag.



# Roodvonk

**Verwekker:**  
een bacterie

**Incubatietijd:**  
1-7 dagen

## Ziekteverschijnselen:

Plots begin met koorts (tot 40°C), braken, keelpijn, hoofdpijn en soms buikpijn. De keelpijn kan zo erg zijn dat het kind geen voedsel kan doorslikken. Na 1 à 2 dagen ontstaan rode vlekjes met verheven puntjes die zich snel over heel het lichaam spreiden, behalve rond de mond. De huid voelt aan als "schuurpapier" maar het gezicht blijft glad. Er is geen jeuk. Na 1 week verdwijnen koorts, keelpijn en uitslag en begint de huid te schilferen. De schilfering begint in het gezicht en spreidt zich geleidelijk aan over heel het lichaam na ongeveer 3 weken.

## Mogelijke complicaties:

Ze zijn meestal zeer ernstig. Uitbreiding van de infectie kan onder meer oorontsteking, nierontsteking of rheumatische koorts veroorzaken.

## Hoe kan roodvonk voorkomen worden?

Niet. Er is geen vaccinatie mogelijk. Men houdt andere kinderen dus best ver uit de buurt van het zieke kind.

## Wat is er aan te doen?

- Raadpleeg steeds je arts. Antibiotica zullen nodig zijn om de complicaties te voorkomen. Het kan eveneens nodig zijn de gezinsleden te behandelen.
- De koorts kan tegelijkertijd bestreden worden met een koortswerend middel (bvb. Perdolan® op basis van paracetamol of Perdophen® op basis van ibuprofen).
- Het kind mag niet naar school tot het genezen is. De genezing moet bevestigd worden door een doktersattest.



Perdolan® (paracetamol) is een geneesmiddel. Geen langdurig gebruik zonder geneeskundig advies. Lees aandachtig de bijsluiter. Vraag raad aan uw arts of apotheker. Perdophen® (ibuprofen) is een geneesmiddel voor kinderen vanaf 6 maand. Geen langdurig gebruik zonder geneeskundig advies. Niet toedienen in geval van maag- of duodenumulcus of in geval van allergie aan salicylaten of aan niet-steroidale anti-inflammatoire middelen. Lees aandachtig de bijsluiter. Vraag raad aan uw arts of apotheker.



# Driedaagse koorts

**Verwekker:** een virus

**Incubatietijd:**  
ongeveer 7-15 dagen

## Ziekteverschijnselen:

De ziekte begint plots met hoge koorts tot 40°C gedurende 3 tot 4 dagen. Ondanks de hoge koorts, ziet het kind er niet zo ziek uit. Na 3-4 dagen verdwijnt de koorts plots en ontstaat er een uitslag die begint op de romp en zich dan verder spreidt. Het zijn kleine roze vlekjes die snel verdwijnen (na 1 à 2 dagen) en niet jeuken.

## Mogelijke verwickelingen:

Zeer zelden koortsstuipen.  
Een oorontsteking is ook mogelijk.

## Kan "3 dagen koorts" voorkomen worden?

Neen. Maar dat is, gezien het goedaardige karakter, niet erg.

## Wat is er aan te doen?

- Er is geen echte behandeling behalve eventueel de koorts verlagen met een koortswerend middel (bvb. Perdolan® op basis van paracetamol of Perdophen® op basis van ibuprofen).



Perdolan® (paracetamol) is een geneesmiddel. Geen langdurig gebruik zonder geneeskundig advies. Lees aandachtig de bijsluiter. Vraag raad aan uw arts of apotheker. Perdophen® (ibuprofen) is een geneesmiddel voor kinderen vanaf 6 maand. Geen langdurig gebruik zonder geneeskundig advies. Niet toedienen in geval van maag- of duodenumulcus of in geval van allergie aan salicylaten of aan niet-steroidale anti-inflammatoire middelen. Lees aandachtig de bijsluiter. Vraag raad aan uw arts of apotheker.



# Bof of dikoor

**Verwekker:**  
een virus

**Incubatietijd:**  
2 - 3 weken

## Ziekteverschijnselen:

Het eerste teken is meestal koorts. Dan ontstaan bolle wangen door gezwollen oorspeekselklieren die van voor en achter het oor tot onder het kaakbeen doorlopen. De oorstreek is heel gevoelig voor aanraking. Het kauwen en slikken zijn pijnlijk. Sommige kinderen hebben echter geen last van de ziekte.

## Mogelijke verwickelingen:

De alveesklier kan ontstoken zijn en aanleiding geven tot buikpijn en braken. Hersenen en hersenvliezen kunnen eveneens ontstoken zijn. Braken is het belangrijkste teken. Meestal ook hoofdpijn, koorts en een zieke indruk. Ontsteking van de teelballen, hoewel dit bij jongens vóór de puberteit zelden voorkomt.

## Hoe kan bof voorkomen worden?

Door middel van een inenting van de baby die op latere leeftijd nog eens wordt herhaald.

## Wat is er aan te doen?

- Raadpleeg steeds je arts.
- Pijnstillende en koortswerende middelen worden gebruikt om verlichting te brengen (bvb. Perdolan® op basis van paracetamol of Perdophen® op basis van ibuprofen).
- Zolang het kauwen moeilijk is, geef je je kind vloeibaar voedsel zoals bijvoorbeeld soep, yoghurt of andere melkproducten.
- Het kind mag niet naar school tot het genezen is.



Perdolan® (paracetamol) is een geneesmiddel. Geen langdurig gebruik zonder geneeskundig advies. Lees aandachtig de bijsluiter. Vraag raad aan uw arts of apotheker. Perdophen® (ibuprofen) is een geneesmiddel voor kinderen vanaf 6 maand. Geen langdurig gebruik zonder geneeskundig advies. Niet toedienen in geval van maag- of duodenumulcus of in geval van allergie aan salicylaten of aan niet-steroidale anti-inflammatoire middelen. Lees aandachtig de bijsluiter. Vraag raad aan uw arts of apotheker.



# Kinkhoest

**Verwekker:**  
een bacterie

**Incubatietijd:**  
5-21 dagen

## Ziekteverschijnselen:

De ziekte begint zoals een gewone verkoudheid met neusloop, eventueel hoesten en koorts. Na enkele dagen/weken komen de zware hoestbuien die vaak gepaard gaan met braken, ophoesten van dik kleverig slijm en moeizaam ademen. De periode van hevige hoestaanvallen kan 1 tot 6 weken duren. De hoest neemt daarna wel af, maar kan toch nog verschillende maanden blijven bestaan.

## Mogelijke complicaties:

Longontsteking en oorontsteking komen dikwijls voor. Door het voortdurend hoesten en braken kan het kind soms onvoldoende voedsel en vooral vocht innemen. Daardoor kunnen uitdroging en vermagering ontstaan.

## Hoe kan kinkhoest voorkomen worden?

Door inenting van de baby op zeer jonge leeftijd.

## Wat is er aan te doen?

- Raadpleeg steeds je arts.
- Tijdens de hoestaanvallen moet het kind gekalmeerd worden om te beletten dat het in ademnood geraakt.
- Laat het kind zoveel mogelijk rechtop zitten tussen de hoestbuien om de ademhaling te vergemakkelijken.
- Om uitdroging tegen te gaan, geef je je kind onmiddellijk na een hoestbui iets te drinken en iets lichts te eten, met kleine beetjes. Na een aanval is de kans groter dat het voedsel wordt binnengehouden.
- Het kind mag niet naar school tijdens 28 dagen na het begin van de hoestbuien.



# Vijfde ziekte

**Verwekker:** een virus

**Incubatietijd:**  
ongeveer 1 tot 3 weken

## Ziekteverschijnselen:

De eerste tekenen kunnen wat vermoeidheid en koorts zijn. Meestal begint het met een hevig rode uitslag op het aangezicht, vooral op de wangen, die warm aanvoelen. Na ongeveer 1 dag, breiden de rode vlekken zich geleidelijk uit over de rest van het lichaam, waarbij jeuk kan voorkomen. De uitslag verdwijnt volledig na ongeveer een week maar kan na een geruime tijd opnieuw zichtbaar worden na blootstelling aan hevige koude of warmte of aan zonlicht.

## Mogelijke verwickelingen:

Geen.

## Kan de vijfde ziekte voorkomen worden?

Neen. Maar dat is, gezien het goedaardige karakter, niet erg.

## Wat is er aan te doen?

- Er is geen echte behandeling behalve eventueel de koorts verlagen met een koortswerend middel (bvb. Perdolan® op basis van paracetamol of Perdophen® op basis van ibuprofen).



Perdolan® (paracetamol) is een geneesmiddel. Geen langdurig gebruik zonder geneeskundig advies. Lees aandachtig de bijsluiter. Vraag raad aan uw arts of apotheker. Perdophen® (ibuprofen) is een geneesmiddel voor kinderen vanaf 6 maand. Geen langdurig gebruik zonder geneeskundig advies. Niet toedienen in geval van maag- of duodenumulcus of in geval van allergie aan salicylaten of aan niet-steroidale anti-inflammatoire middelen. Lees aandachtig de bijsluiter. Vraag raad aan uw arts of apotheker.



# Algemeen schema van de aanbevolen vaccinaties

Vaccinatie tegen	8 wkn	12 wkn	16wkn	12 mnd	15 mnd	5-7 <sup>(1)</sup>	10-13 jr	14-16 jr <sup>(4)</sup>
Poliomyelitis	X	X	X		X	X		
Difterie (kroep)	X	X	X		X	X		X <sup>(5)</sup>
Tetanus (klem)	X	X	X		X	X		X
Pertussis (kinkhoest)	X	X	X		X	X		X <sup>(5)</sup>
Haemophilus Influenza B	X	X	X		X			
Hepatitis B (geelzucht)	X	X	X		X		XX X <sup>(3)</sup>	
Pneumokokken 7-serotypes	X		X	X				
Rotavirus <sup>(6)</sup>	X	X	X <sup>(7)</sup>					
Mazelen				X			X <sup>(2)</sup>	
Bof (dikoor)				X			X <sup>(2)</sup>	
Rodehond (rubella)				X			X <sup>(2)</sup>	
Meningokokken type C					X			
Humaan Papillomavirus <sup>(8)</sup>							XXX	

Enkel het vaccin tegen poliomyelitis is wettelijk verplicht, er wordt echter sterk aanbevolen het volledige schema toe te passen.

- <sup>(1)</sup> Eerste leerjaar
- <sup>(2)</sup> Vijfde leerjaar
- <sup>(3)</sup> Eerste jaar secundair onderwijs (enkel voor wie nog niet eerder gevaccineerd werd tegen hepatitis)
- <sup>(4)</sup> Derde jaar secundair onderwijs
- <sup>(5)</sup> Lagere dosis difterie en kinkhoest voor volwassenen
- <sup>(6)</sup> Het vaccin wordt gedeeltelijk terugbetaald en kost dan 10,80 euro per dosis (voor gewone verzekerden). Het vaccin moet je met een doktersvoorschrift zelf halen in de apotheek en thuis koel bewaren (tussen 2 en 8°C). Het vaccin mag niet ingevroren worden.
- <sup>(7)</sup> Twee of 3 dosissen afhankelijk van het merk
- <sup>(8)</sup> De vaccinatie wordt aanbevolen voor één cohorte (leeftijdsgroep) meisjes en omvat 3 dosissen

■ Deze vaccinaties worden doorgaans  
■ uitgevoerd door middel van één vaccin.

Bron: Hoge Gezondheidsraad 6 mei 2009. Dit is een vereenvoudigd schema. Het gedetailleerde schema aanbevolen door de Hoge Gezondheidsraad van België kan u terugvinden op [http://www.health.fgov.be/CSH\\_HGR](http://www.health.fgov.be/CSH_HGR)

## Perdolan®

op basis van paracetamol



## Perdophen®

op basis van ibuprofen



Perdolan® (paracetamol) is een geneesmiddel. Geen langdurig gebruik zonder geneeskundig advies. Lees aandachtig de bijsluiter. Vraag raad aan uw arts of apotheker. Perdophen® (ibuprofen) is een geneesmiddel voor kinderen vanaf 6 maand. Geen langdurig gebruik zonder geneeskundig advies. Niet toedienen in geval van maag- of duodenulcus of in geval van allergie aan salicylaten of aan niet-steroidale anti-inflammatoire middelen. Lees aandachtig de bijsluiter. Vraag raad aan uw arts of apotheker. VU: Johnson & Johnson Consumer NV, Roderveldlaan 1, B-2600 Berchem - © Johnson & Johnson Consumer