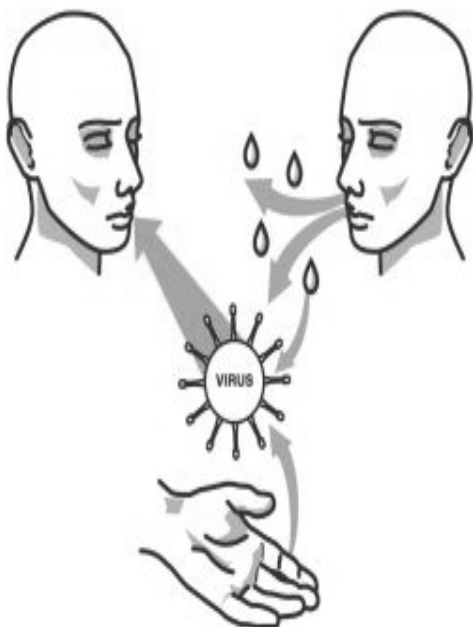


GRIEP?



Overdracht van virussen



Virussen worden overgedragen

- Via druppels zoals speeksel, niezen, hoesten

↪ Hou uw hand voor uw neus en mond bij hoesten of niezen

- Via de handen

↪ Was uw handen regelmatig

MEDISCH HUIS COLIN vzw

De Bruynlaan 122
2610 Wilrijk
Tel.: 03/830.45.45.
Fax.: 03/830.51.59.

www.medischhuis-colin.be
info@medischhuis-colin.be

M
E
D
I
S
C
H
H
U
I
S
C
O
L
I
N

GRIEP

Wat is het?

- Plots begin met hoge koorts, koude rillingen
- Pijn thv keel, hoofd, armen en benen
- Droge hoest en verkoudheid
- Meestal in winterseizoen
- Besmettelijk

Oorzaak?

- Influenzavirus: klein 'beestje' in de luchtwegen dat infectie veroorzaakt met ziekteverschijnselen over ganse lichaam.



Kan het kwaad?

- Gaat meestal vanzelf over
- Koorts en pijn verdwijnen na 3-5 dagen
- Duurt soms een paar weken voor u zich helemaal oké voelt.

Wat kunt u zelf doen?

- Probeer te voorkomen dat u het virus overdraagt door:
 - ⇒ Neus en mond te bedekken bij hoesten of niezen
 - ⇒ Gebruik papieren zakdoekjes en gooi deze na 1x weg
 - ⇒ Was uw handen regelmatig
 - ⇒ Raak uw neus en mond zo min mogelijk aan
 - ⇒ Veel drinken, zeker bij koorts
 - ⇒ Rusten
 - ⇒ Voorkom afkoeling: kleeft u op het weer
 - ⇒ U kunt paracetamol nemen tegen pijn en koorts, andere geneesmiddelen helpen niet, ook antibiotica niet.

Naar de huisarts?

Soms kunt u bijkomende ziektes krijgen door de verlaagde weerstand.

Neem contact op als u

- Kortademig wordt
- Veel slijm ophoest
- Suf wordt
- Weinig drinkt of plast
- > 5 dagen koorts hebt
- Kind <2 jaar met koorts = bellen
- Kind >2 jaar: 3 dagen koorts = bellen
- Recidief koorts



Risicopatiënt?

U behoort tot de risicogroep als u

- 60 bent of ouder
- Aan hart- of vaatziekten lijdt
- Een longaandoening hebt
- Diabetes hebt
- Een nieraandoening hebt
- Een verminderde weerstand hebt door ziekte of een medische behandeling.



Griepvaccin?

Het griepvaccin is voor mensen die tot de risicogroep behoren.

U loopt minder kans om griep te krijgen. Als u toch griep krijgt, wordt u minder ziek.

De griep prik moet jaarlijks herhaald worden. De inspuitplaats is soms wat pijnlijk, maar u kunt er niet ziek van worden.