

Reiskliniek



Uitgebreide info, prijslijst voor
vaccinaties, afspraken vind je
op: www.reiskliniek.net



Een (tropische) reis in het vooruitzicht?

De reiskliniek van het Jan Yperman Ziekenhuis is een erkend vaccinatiecentrum en voorziet de nodige vaccinaties en gezondheidsadviezen bij reizen naar (sub)tropische bestemmingen.

In deze brochures vind je:

- Informatie over de meestvoorkomende aandoeningen en hun symptomen
- Preventiemaatregelen
- Behandelingen



Uitgebreide info, prijslijst vaccinaties, afspraken vind je op: www.reiskliniek.net

Koorts in de eerste 3 maanden na terugkeer?
Dan moet je steeds aan de mogelijkheid van een malaria-infectie en/of andere tropische ziekte denken.

Een dringende afspraak boek je via het secretariaat van de reiskliniek op het nummer 057 35 71 80. Buiten de werkuren via de dienst spoedgevallen.



Vrije reisconsultaties op woensdagen van 13 tot 15 uur.

- Meld je aan vóór 15 uur.
- Hou rekening met mogelijke wachttijden.
- Geen vrije consultaties op feestdagen.
- Je hoeft niet telefonisch te bevestigen voor een vrije reisconsultatie.
- Kom je liever op afspraak?
Boek je afspraak via:
www.reiskliniek.net

Inhoud

Malaria	p. 4
Rabiës	p. 8
Gele koorts	p. 9
Hoogteziekte	p. 9
Reizigersdiarree	p. 10



Malaria

Malaria is een tropische ziekte die wordt veroorzaakt door een parasiet die het lichaam binnenkomt via een muggenbeet. Symptomen zijn koorts, hoofdpijn, koude rillingen en spierpijn.

Het voorkomen van muggenbeten is dus zeer belangrijk! De muggen die malaria overbrengen, steken tussen zonsondergang en zonsopgang.



Verklein de kans op muggenbeten.

1. Slaap onder een geïmpregneerd muskietennet.
2. Draag 's avonds kleding die zoveel mogelijk de armen en benen bedekt.
3. Gebruik insectwerende middelen zoals **DEET 20-30%** (te verkrijgen zonder voorschrift). Smeer de niet-bedeekte delen van het lichaam in om de 4 à 6 uur.

Preventieve malariapillen (op voorschrift)



- Atovaquone Proguanil® 250/100 mg
- Malarone Junior® 62,5/25 mg

Gebruiksaanwijzing:

- Start de inname 1 dag voor het vertrek. Neem de medicatie tijdens het verblijf in het malariagebied, en neem dit door tot 7 dagen na het verlaten van het malariagebied.
- Neem dit in op een vast tijdstip, met een vetrijke maaltijd/melkdrink.

DOSERING VOOR VOLWASSENEN

GEWICHT	DOSIS PER DAG
vanaf 40 kg	1 tablet Atovaquone Proguanil®

DOSERING VOOR KINDEREN

NAAM KIND	GEWICHT	DOSIS PER DAG
	5-7 kg	1/2 ^{de} tablet Malarone Junior®
	8-10 kg	3/4 ^{de} tablet Malarone Junior®
	11-20 kg	1/4 ^{de} tablet Atovaquone Proguanil® of 1 tablet Malarone Junior®
	21-30 kg	1/2 ^{de} tablet Atovaquone Proguanil® of 2 tabletten Malarone Junior®
	31-40 kg	3/4 ^{de} tablet Atovaquone Proguanil® of 3 tabletten Malarone Junior®

Mogelijke bijwerkingen (meestal mild): verminderde eetlust, braken, diarree en hoofdpijn.

Andere mogelijke preventieve malariapillen

Doxycycline® 100 mg: vanaf 8 jaar, niet tijdens zwangerschap.

Gebruiksaanwijziging:

- 1 tablet per dag.
- Innemen met veel water (geen melk) of tijdens de maaltijd.
- Start de inname 1 dag voor vertrek, neem de medicatie tijdens het verblijf in het malariagebied. Neem door tot 4 weken na het verlaten van het malariagebied.

Mogelijke bijwerkingen: schimmelinfecties, huiduitslag na contact met de zon.

Lariam® 250 mg

Gebruiksaanwijziging:

- 1 tablet per week.
- Innemen op een vaste dag. 's Avonds bij de maaltijd.
- **Standardschema:** start de inname 3 weken voor vertrek, neem de medicatie gedurende het verblijf in het malariagebied, en neem dit door tot 4 weken na het verlaten van het malariagebied.
- **Snel schema:** enkel toepassen bij onvoldoende tijd én wanneer deze medicatie in het verleden goed werd verdragen. Verdeel de eerste 3 tabletten over de beschikbare dagen voor je vertrek. Neem de vierde tablet op de dag van aankomst in het malariagebied. Verder doornemen gedurende het verblijf én tot 4 weken na het verlaten van het malariagebied.

Mogelijke bijwerkingen: slaapstoornissen, hartkloppingen, stuipen, psychologische problemen, ... **Stop onmiddellijk bij ernstige bijwerkingen!**

Noodbehandeling malaria (op voorschrift)

Reis je naar een gebied met een middelmatig risico op malaria en neem je geen preventieve malariapillen? Dan is het in bepaalde omstandigheden aangeraden om een **malaria noodbehandeling** mee te nemen. Neem dit in wanneer je malariasymptomen hebt (zoals hoge koorts) en je binnen de 24 uur geen arts kunt consulteren.

NOODBEHANDELING VOLWASSENEN + KINDEREN >35 KG

Artemether/Lumefrantine® Riamet 20/120mg

- Neem telkens 4 tabletten in op volgende tijdstippen:
 - 4 tabletten op moment van symptomen
 - 4 tabletten 8 uur na de eerste dosis
 - 4 tabletten 24 uur na de eerste dosis
 - 4 tabletten 36 uur na de eerste dosis
 - 4 tabletten 48 uur na de eerste dosis
 - 4 tabletten 60 uur na de eerste dosis
- Innemen met voedsel of een melkdrank

NOODBEHANDELING VOLWASSENEN

Atovaquone/Proguanil® 250/100mg

- Slik 4 tabletten tegelijk in, 3 dagen na elkaar (Dus totaal 12 tabletten).
- Innemen tekens op hetzelfde uur met voedsel of een melkdrank



Voor kinderen is een aangepaste dosis nodig!

Zoek vervolgens zo snel mogelijk medische hulp om de diagnose te bevestigen. Zo ben je zeker dat je de juiste behandeling krijgt.

Rabiës

Rabiës is een virale, dodelijke infectieziekte die het zenuwstelsel aantast. Rabiës wordt doorgegeven door een besmet zoogdier (meestal honden, soms katten, apen, vleermuizen, ...) via een beet, een krabletsel, of een lik in een bestaande wonde.



Preventief vaccineren

Een vaccinatie tegen rabiës bestaat altijd uit 2 dosissen, met 7 dagen tussenin. Zo'n preventieve vaccinatie geeft een gedeeltelijke bescherming. Het immuunsysteem wordt 'geprimed', waardoor een snellere en hogere antistofvorming plaatsvindt na een boostervaccinatie.

Had je een gevaarlijk contact met een zoogdier, dan heb je hoe dan ook nog extra (booster)vaccinaties nodig.

Wat na gevaarlijk contact met een zoogdier?

1. Was elke wonde grondig uit met water en zeep gedurende 15 minuten. Ontsmet vervolgens met alcohol 70%.
2. Raadpleeg onmiddellijk een arts, ook als je een preventieve vaccinaties kreeg.
3. Ben je niet preventief gevaccineerd? Dan heb je naast vaccinaties ook nog rabiëspecifieke antistoffen nodig. Hou er rekening mee dat deze antistoffen moeilijk of niet verkrijgbaar zijn buiten Europa!



Gele koorts

Vijf tot tien dagen na vaccinatie tegen gele koorts, ervaren 10 à 30% mensen een mild griepig gevoel (koorts, spierpijn, gewrichtspijn). Last van deze symptomen na je vaccinatie? Dan kan je Paracetamol innemen.

De Belgische richtlijnen raden een éénmalige herhalingsvaccinatie aan bij een volgende reis naar een gelekoortsgebied. Uitzonderingen worden besproken tijdens de reisraadpleging.

Hoogteziekte

Wanneer je in gebieden hoger dan 3000m verblijft, kan je last krijgen van hoofdpijn, een gebrek aan eetlust, misselijkheid en slapeloosheid.

Diamox® 250mg (op voorschrift)

Voor meer info rond
hoogteziekte/inname Diamox®:

Scan de QR-code of surf naar
<https://www.wanda.be/nl/a-z-index/hoogteziekte>



Reizigersdiarree

Reizigersdiarree is de frequentste reisgerelateerde infectieziekte. Het wordt meestal veroorzaakt door het eten of drinken van voedsel of water dat met bacteriën besmet is. Soms ook door een virus of parasiet. De behandeling van reizigersdiarree hangt af van de symptomen.

Frequent waterige diarree (meest voorkomend)

Symptomen: waterige dunne stoelgang, meerdere keren per dag.

Behandeling:

- Neem een antidiarreemiddel, **te verkrijgen zonder voorschrift**.
- Drink voldoende water.

VOLWASSENEN

KINDEREN

Loperamide vb.: Imodium®

- 1 capsule, na iedere waterige stoelgang
- Max. 4 capsules per dag (max. gedurende 3 dagen)

Geef geen Loperamide aan kinderen onder de 6jaar!

Tiorfix® 100mg (capsules)

- Max. 3 capsules per dag

Tiorfix® 10 mg Baby® (zakjes)

- 3 maanden tot 9 kg: 1 zakje, max. 3 per dag
- 9-13kg: 2 zakjes, 3x/per dag

Tiorfix® 30 mg Junior® (zakjes)

- 13-27kg: 1 zakje, max. 3 zakjes per dag
- >27kg: 2 zakjes, max. 3 x 2 zakjes per dag



Last van diarree? Drink voldoende water!

Voeg eventueel zout en/of suiker toe. Of drink een kant-en-klare zout- en suikeroplossing zoals ORS®.

Diarree met alarmsymptomen

Symptomen: waterige dunne stoelgang met koorts, hevige buikkrampen, bloed en/of slijmen.

Behandeling:

- Neem antibiotica, **enkel te verkrijgen met voorschrift**.
Neem geen Loperamide in bij diarree met alarmsymptomen!
- Drink voldoende water.

VOLWASSENEN

KINDEREN

Antibioticatabletten:

Azitromycine® 1000mg
= 2 tabletten van 500 mg

- Eénmalig in te nemen

Antibioticasiroop:

Azitromycine® siroop
= 10mg/per kg/per dag

- Volgens gewicht:
1 keer per dag, gedurende 1 tot 3 dagen



Het is niet altijd noodzakelijk om antibiotica mee te nemen op reis. Dit bespreken we tijdens de reisraadpleging, want dit hangt af van de persoonlijke gezondheid, reisduur, -bestemming en -omstandigheden.

Medicatie tijdelijk te onderbreken bij diarree:

Notities

	HAVRIX (hepatitis A)	TWINRIX (hepatitis A+B)	ENGERIX (hepatitis B)	RABIPUR (hondsdotheid)	IXIARO (Japanse encefalitis)	ANDERE: _____
DAG 0						
DAG 7						
DAG 14						
DAG 28						
6 MAAND						
1 JAAR						

Jan Yperman Hospital
Briekestraat 12, 8900 Ypres
info@yperman.net
057 35 35 35
www.yperman.net



92.001N - 20241022