



**Nieuwsbrief onderdeel (voor basisschool of kindercentrum) + bijlage**

**Een toename van Kinkhoest**

*Sinds de zomer van 2014 is er een stijging van het aantal mensen met kinkhoest. We willen u daarom informatie geven over kinkhoest.*

*Kinkhoest is vooral gevaarlijk voor jonge baby's. Het is belangrijk om te voorkomen dat jonge baby's kinkhoest krijgen. In de bijlage van de GGD kunt u meer informatie lezen over kinkhoest.*

## **Bijlage**

### **Wat is kinkhoest?**

Kinkhoest is een besmettelijke ziekte en wordt veroorzaakt door de *Bordetella pertussis* bacterie. Deze bacterie zit in de keel van iemand met kinkhoest.

In Nederland worden de meeste kinderen volgens het Rijksvaccinatieprogramma ingeënt tegen kinkhoest. Toch komt kinkhoest in Nederland regelmatig voor. Door de inenting zijn de klachten van kinkhoest vaak minder heftig.

### **Wat zijn de klachten bij kinkhoest?**

Zeven tot tien dagen na besmetting treden de eerste klachten op zoals

- koorts,
- hardnekkige verkoudheid en
- droge hoest

Na twee weken worden de hoestbuien erger, vooral 's nachts. De hoestbuien gaan samen met gierend inademen en het opgeven van slijm. Tijdens de hoestbui kan iemand blauw aanlopen.

Na de hoestbui wordt vaak gebraakt. De hoestbuien zijn erg vermoeiend.

Voor jonge baby's kan kinkhoest gevaarlijk zijn omdat zij meer kans hebben op blauw aanlopen en ademstilstand. Baby's hebben meestal geen hoestklachten bij kinkhoest.

Bij volwassenen kunnen de klachten minder zijn, kinkhoest lijkt dan op een forse verkoudheid of een hardnekkige hoest.

### **Hoe kun je kinkhoest krijgen?**

De kinkhoestbacterie zit in de keel van iemand met kinkhoest. Door hoesten, niezen en praten komen kleine druppeltjes met de bacterie in de lucht. Mensen kunnen deze druppeltjes inademen en worden hierdoor besmet.

De kans op besmetting is het grootst tijdens de eerste klachten. Dan is vaak nog niet duidelijk dat iemand kinkhoest heeft. Mensen blijven besmettelijk tot vier weken na het begin van de klachten. Door antibiotica is iemand minder lang besmettelijk.

### **Wie kan kinkhoest krijgen?**

Iemand die ingeënt is of kinkhoest heeft gehad, heeft afweer opgebouwd tegen de ziekte.

Mensen kunnen wel weer kinkhoest krijgen, maar dan in een lichtere vorm.

Kinderen en volwassenen die niet alle inenting tegen kinkhoest hebben gehad worden vaak zieker. Hoe jonger het kind, hoe ernstiger de klachten kunnen zijn. Zeker jonge baby's hebben meer kans om ernstig ziek te worden van kinkhoest.

Alertheid is belangrijk bij de volgende mensen:

- Neem contact op met de huisarts als een niet volledig ingeënte baby (<1 jaar) in contact is geweest met iemand die kinkhoest heeft.
- Vermijdt contact tussen zwangere vrouwen (>34 weken zwanger) en mensen met kinkhoest. De baby kan direct na de geboorte worden besmet via de moeder.

### **Wat kunt u doen om kinkhoest te voorkomen?**

Kinderen worden ingeënt tegen kinkhoest op de leeftijd van 2,3,4,11 maanden en 4 jaar. Naast de entingen helpt hoesthygiëne om kinkhoest te voorkomen.

Hygiënisch hoesten en niezen doet u door 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.

Wanneer u de handen niet kunt wassen kunt u hoesten of niezen in uw elleboog. Leer kinderen dit ook te doen.



### **Is kinkhoest te behandelen?**

Behandeling is gericht op het bestrijden van de klachten. Tijdens de eerste klachten van kinkhoest kan antibiotica de besmettelijkheid verminderen. Mogelijk helpt antibiotica ook om de klachten te verminderen.

Doordat bijna iedereen ingeënt is tegen kinkhoest verloopt de ziekte meestal zonder complicaties. Neem contact op met de huisarts als er contact is geweest met een kinkhoestpatiënt én er klachten ontstaan. In het bijzonder als er jonge baby's in het gezin zijn of als u werkt met jonge baby's.

### **Kan iemand met kinkhoest naar het kindercentrum/school?**

Als een kind zich goed voelt dan kan het gewoon komen. Het kind is al besmettelijk voordat duidelijk is dat het kind kinkhoest heeft. Andere kinderen kunnen al besmet zijn en daarom helpt thuishouden van het zieke kind niet om verspreiding van kinkhoest te voorkomen. Informeer wel de leiding of de leerkracht.

### **Heeft u nog vragen?**

U kunt bellen naar de GGD Hart voor Brabant, team infectieziekten ☎ 073 640 4074 of mailen naar [infectieziekten@ggdhvb.nl](mailto:infectieziekten@ggdhvb.nl)