



Toxoplasmose

Wijzigingsdatum: 24 september 2019

Wat is toxoplasmose?

Toxoplasmose is een besmettelijke ziekte. Mensen krijgen het door een parasiet.

In Nederland worden mensen regelmatig besmet door deze parasiet.

Wat zijn de klachten bij toxoplasmose?

De meeste mensen met toxoplasmose worden niet ziek. Als mensen wel klachten krijgen kunnen deze zijn:

- moe,
- koorts,
- een ontsteking in het oog,
- de klieren kunnen dik worden en pijn doen, bijvoorbeeld bij de hals,
- spierpijn.

De tijd tussen het besmet raken en ziek worden is 10 tot 23 dagen.

Hoe kunt u toxoplasmose krijgen?

Mensen raken besmet door de eitjes van de parasiet. Deze eitjes zitten in de poep van katten. Ze kunnen ook in vlees zitten.

Mensen kunnen besmet raken door:

- het schoonmaken van de kattenbak,
- werken of spelen in de tuin waar een kat gepoept heeft,
- spelen in een zandbak waar een kat gepoept heeft,
- het eten van groente of fruit dat niet goed gewassen is,
- het eten van besmet vlees dat niet helemaal gaar is.

Iemand met toxoplasmose kan een ander niet besmetten. Een zwangere vrouw kan haar baby wel besmetten.

Wie kan toxoplasmose krijgen?

Iedereen kan toxoplasmose krijgen. De meeste mensen merken niet dat ze de ziekte hebben.

Sommige mensen hebben meer kans om toxoplasmose te krijgen:

- mensen die werken met dieren,
- mensen die werken in tuinen, parken of bos,
- mensen die werken met grond,

- mensen die werken met rauw vlees, bijvoorbeeld in een slachterij.

Sommige mensen kunnen erger ziek worden door toxoplasmose. Dat zijn mensen die een slechte afweer hebben door een ziekte of medicijnen.

Iemand die toxoplasmose heeft gehad, bouwt afweerstoffen op tegen de parasiet.

Bent u zwanger?

De kans dat u toxoplasmose krijgt in de zwangerschap is klein.

Maar als een zwangere vrouw in haar zwangerschap toxoplasmose krijgt, kan ze haar baby besmetten. Een zwangere vrouw kan een miskraam krijgen: de baby wordt dood geboren. De kans op een miskraam is in de eerste 3 maanden van de zwangerschap het grootst.

Raakt een zwangere vrouw later in de zwangerschap besmet? Dan kan de baby worden geboren met grote problemen met de gezondheid. Bijvoorbeeld:

- slecht zien of blind,
- doof,
- verstandelijk gehandicapt.

Wilt u zwanger worden?

Wilt u zwanger worden en heeft u door uw werk meer kans op toxoplasmose? Laat dan bij de huisarts bloed prikken om te kijken of u afweer tegen de ziekte heeft. Als dat zo is, kunt u uw baby niet besmetten tijdens de zwangerschap.

Wat kunt u doen om toxoplasmose te voorkomen?

Was de handen met water en zeep:

- voor het klaarmaken van eten of flesvoeding,
- voor het eten,
- nadat u naar het toilet bent geweest,
- na het verwisselen van een luier of iemand op het toilet helpen,
- na het schoonmaken, dus ook nadat u een vaatdoekje hebt gebruikt,
- na aaien of knuffelen van dieren,
- na hoesten, niezen of neus snuiten.

Handen wassen doe je zo:

- Maak de handen goed nat onder stromend water.
- Neem wat vloeibaar zeep uit een pompje.
- Wrijf de handen over elkaar. Zorg dat er zeep op de binnenkant en buitenkant van de handen zit.
- Wrijf goed alle vingertoppen in. Vergeet de duimen niet. Wrijf ook tussen de vingers.
- Spoel de zeep goed af, onder stromend water.
- Droog de handen goed af aan een schone handdoek of aan een papieren handdoek (keukenrol).

Zie ook de film ['Handen wassen - Doe het goed en vaak'](#) van het RIVM.

Werk schoon en precies in de keuken:

- Was de handen met water en zeep voor het klaar maken van eten.
- Was de handen met water en zeep na het aanraken van rauw vlees.

- Gebruik voor rauw vlees en rauwe groente aparte snijplanken.
- Was messen tussendoor af of gebruik verschillende messen.
- Was rauwkost en fruit altijd goed.
- Verhit het eten goed.
- Kook groente zeker 2 minuten.
- Zorg dat vlees goed gaar is.
- Maak geen gerechten met rauwe eieren
- Boodschappen gedaan? Zet ze zo snel mogelijk in de koelkast.
- Laat eten niet langer dan 2 uur buiten de koelkast staan.

En verder:

- Doe handschoenen aan als u in de tuin of met aarde werkt.
- Bent u zwanger? Laat dan de kattenbak door iemand anders schoonmaken. Kan dat niet? Maak dan de kattenbak elke dag schoon. En doe handschoenen aan als u bezig bent.

Is toxoplasmose te behandelen?

De meeste mensen hebben geen of weinig klachten. Er is dan geen behandeling nodig.

Krijgt een zwangere vrouw toxoplasmose? Dan wordt ze behandeld met medicijnen.

Kan iemand met toxoplasmose naar de kinderopvang, school of werk?

Voelt iemand met toxoplasmose zich goed? Dan kan hij gewoon naar de kinderopvang, school of werk. Iemand met toxoplasmose kan geen anderen besmetten.

Heeft u nog vragen?

Vraag het de [GGD](#)-afdeling Infectieziekten of de huisarts.

Bekijk ook onze [patiëntervaringsfilm](#) over voedselinfectie.