



Rotavirus

Wijzigingsdatum: 25 september 2019

Wat is rotavirus?

Rotavirus is een virus dat een ontsteking van de maag en de darmen kan veroorzaken. Een infectie door rotavirus is een besmettelijke ziekte. Rotavirus komt regelmatig voor in Nederland.

Wat zijn de klachten bij een infectie door rotavirus?

Niet iedereen die een infectie door rotavirus heeft wordt ziek. De eerste keer dat iemand besmet raakt, zijn er meestal wel klachten. De klachten beginnen vaak plotseling.

De klachten kunnen zijn:

- braken,
- diarree,
- koorts,
- misselijk,
- buikpijn en buikkrimp.

De klachten duren meestal 4 tot 9 dagen. Soms raakt de zieke uitgedroogd door de diarree. De zieke wordt dan meestal opgenomen in het ziekenhuis.

De tijd tussen besmet raken en ziek worden is 1-3 dagen.

Hoe kunt u een infectie door rotavirus krijgen?

Het virus zit in ontlasting van iemand die het virus bij zich draagt. De ontlasting van iemand is dan besmettelijk. Iemand die een infectie door rotavirus heeft, kan anderen besmetten via de handen. Na bezoek aan het toilet kan het virus op bijvoorbeeld de wc-bril, de spoelknop, de kraan of de deurklink zitten. Hierdoor kan het virus via de handen in de mond terechtkomen. Via de handen kan het virus ook op speelgoed, bestek, servies en eten terechtkomen.

Iemand is besmettelijk als hij klachten heeft. Dit duurt meestal tot 8 dagen na het begin van de klachten.

Wie kan een infectie door rotavirus krijgen?

Iedereen kan een infectie door rotavirus krijgen. Maar kinderen en ouderen hebben meer kans om ziek te worden.

Mensen die dicht op elkaar leven of werken hebben meer kans om besmet te raken. Bijvoorbeeld kinderen op een kinderdagverblijf.

Iemand die een infectie door rotavirus heeft gehad, kan er opnieuw ziek door worden.

Wat kunt u doen om een infectie door rotavirus te voorkomen?

Inenten

Er is een inenting om de ziekte te voorkomen. Deze inenting zit niet in het standaard Rijksvaccinatieprogramma en wordt dus niet op het consultatiebureau gegeven. Deze inenting kunt u wel bij uw huisarts of GGD halen.

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.

Zorg voor een schoon toilet:

- Laat iemand die ziek is een eigen toilet gebruiken. Kan dat niet? Maak dan het toilet direct schoon als de zieke naar het toilet is geweest. Vervang dan ook iedere keer de handdoek.
- Verschoon elke dag de handdoek in het toilet of gebruik een keukenrol om de handen te drogen.
- Spoel het toilet door met de deksel dicht.
- Maak zeker 1 keer per dag het toilet schoon. Dit kan met een doekje en gewoon zeepsop, bijvoorbeeld met allesreiniger.
- Let op de volgorde van schoonmaken: van schoon naar minder schoon. Begin met de deurklink, kraan, spoelknop. Doe daarna de toiletbril en de toiletpot.
- Gebruik het doekje daarna niet om iets anders schoon te maken. Het is nog beter om doekjes te gebruiken die u weg kunt gooien.

En verder:

- Houd de nagels kort.
- Laat iemand die ziek is een eigen tandenborstel, washandje en handdoek gebruiken.
- Laat iemand die ziek is geen eten klaarmaken voor anderen.
- Maak geen eten klaar zolang u diarree heeft.
- Kleding of beddengoed waar ontlasting of braaksel in zit, kan in de wasmachine. Doe de wasmachine niet te vol. Was minimaal op 40 graden op het volledige wasprogramma. Droog dan de was in de droger of strijk de was zo heet mogelijk.

- Maak speelgoed dat kinderen in de mond nemen elke dag schoon. Dit kan met gewone schoonmaakmiddelen.

Is een infectie door rotavirus te behandelen?

Een infectie door rotavirus gaat meestal vanzelf over. Maakt u zich zorg over de klachten? Overleg dan met uw huisarts.

Laat vooral de zieken veel drinken. Dit is belangrijk om te voorkomen dat ze uitdrogen.

Kan iemand met een infectie door rotavirus naar de kinderopvang, school of werk?

Voelt een kind zich goed? Dan kan het gewoon naar de kinderopvang of naar school.

Heeft uw kind een infectie door rotavirus? Vertel het dan aan de pedagogisch medewerker of de leerkracht. Zij kunnen in overleg met de GGD andere ouders informeren. Ouders kunnen dan letten op de klachten door rotavirus bij hun kind. Soms zijn extra maatregelen op de kinderopvang of op school nodig.

Een volwassene met een infectie door rotavirus die zich goed voelt, kan gewoon werken. Werkt u in de zorg of met kleine kinderen? Of in de voedselbereiding, bijvoorbeeld in een restaurant of een slagerij? Dan moet u eerst overleggen met uw werkgever, de bedrijfsarts of de GGD voor u weer gaat werken.

Heeft u nog vragen?

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

Bekijk ook onze [film](#) over rotavirus/buikgriep.