



# CMV

Vastgesteld LOVI: juni 2013.

## Wat is CMV?

Cytomegalie (CMV) is een milde besmettelijke ziekte. Mensen krijgen het door een virus: het cytomegalovirus.

Zeker 4 tot 9 op de 10 mensen in Nederland hebben ooit een infectie met het cytomegalovirus doorgemaakt. De ziekte kan door bloedonderzoek vastgesteld worden.

## Wat zijn de klachten bij CMV?

De meeste mensen komen als kind al in contact met het virus maar worden daar niet ziek van. De klachten zijn vaak heel licht.

De klachten kunnen zijn:

- koorts (hoger dan 38 graden),
- vergrote lymfeklieren.

Zeldzamer is een ontsteking van de lever. Mensen met een niet goed werkende afweer, bijvoorbeeld na een transplantatie, kunnen te maken krijgen met ernstiger ziekteverschijnselen zoals een longontsteking.

De tijd tussen het besmet raken en ziek worden is 3 tot 12 weken.

## Hoe kunt u CMV krijgen?

Het virus zit in lichaamsvocht (speeksel, bloed, urine, sperma, vaginaslijm en moedermelk) van mensen die het virus bij zich hebben. Het virus blijft na besmetting in het lichaam aanwezig. Het kan soms weer ervaren als de weerstand laag is. Mensen kunnen elkaar besmetten.

## Wie kan CMV krijgen?

Iedereen kan in contact komen met het virus en ziek worden. Zeker kinderen in dagverblijven en crèches en hun ouders/verzorgers. Ook in ruimtes waar veel mensen dicht op elkaar verblijven is het risico groter.

Bij vrouwen die voor het eerst besmet raken tijdens de zwangerschap, kan de ongeboren baby besmet raken. Als een vrouw het virus al bij zich draagt, kan de baby soms besmet worden als het virus weer actief wordt. In beide gevallen is er een kleine kans op aangeboren afwijkingen bij de baby. Voor de zwangere zelf is er bij een infectie met CMV geen extra risico op ernstige ziekte.

Na besmetting blijft het virus in het lichaam aanwezig, ook als er geen klachten zijn geweest.

Mensen worden zelden opnieuw ziek van het virus.

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

Er is geen inenting en er zijn geen medicijnen om de ziekte te voorkomen.

- Voorkom contact met lichaamsvocht (speeksel, bloed, urine, sperma, vaginaslijm en moedermelk).
- Was de handen als er toch contact met het vocht is geweest.
- Is er lichaamsvocht op speelgoed of andere spullen gekomen? Maak het dan schoon.
- Was de handen na het verschonen van een kind.

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.

## **Is CMV te behandelen?**

CMV gaat vanzelf over. Er zijn geen medicijnen die de ziekte kunnen genezen. Er zijn wel virusremmers die de klachten kunnen verminderen.

## **Kan iemand met CMV naar een kindercentrum, school of werk?**

Voelt een kind zich goed? Dan kan het gewoon naar een kindercentrum of school. CMV is al besmettelijk voordat iemand klachten krijgt. Thuisblijven helpt niet om te voorkomen dat anderen ziek worden.

Ook zwangeren kunnen gewoon hun kind brengen en halen bij kindercentrum en school. Zij kunnen niet besmet raken als zij niet in contact komen met lichaamsvocht van besmette personen.

Een volwassene met CMV die zich goed voelt, kan gewoon werken.

## **Heeft u nog vragen?**

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