



Gordelroos

Vastgesteld LOVI: september 2016.

Wat is gordelroos?

Gordelroos is een infectie die huiduitslag veroorzaakt. U krijgt het door hetzelfde virus waarvan u eerder waterpokken kreeg.

Gordelroos is meestal niet ernstig, maar wel lastig en soms pijnlijk.

Wat zijn de klachten bij gordelroos?

De klachten kunnen zijn:

- jeuk,
- prikkend gevoel,
- brandende of stekende pijn.

Na een paar dagen komen er groepjes van blaasjes op het lichaam. Dat kan overal op het lichaam zijn, maar meestal rond de buik of het middel. De blaasjes zitten altijd aan één kant van het lichaam.

Zitten de blaasjes in of rond de ogen? Dan kan iemand een ontsteking van de zenuw in het gezicht krijgen. De spieren van het oog of van het gezicht kunnen dan verlamd raken.

Soms hebben mensen alleen jeuk en pijn en geen vlekjes of blaasjes.

Na 10 tot 14 dagen drogen de blaasjes in. Er komen dan korstjes die er vanzelf afvallen. De plek kan nog lang daarna pijn doen of een prikkend gevoel geven.

Hoe kunt u gordelroos krijgen?

Iemand kan gordelroos krijgen als hij eerder waterpokken heeft gehad. Dan blijft er altijd wat van het virus in het lichaam achter. Als de afweer minder is, kan het virus weer actief worden. Dan kan iemand gordelroos krijgen.

Bij gordelroos zit het virus alleen in het vocht van de blaasjes. Het vocht uit de blaasjes is 1 tot 2 weken besmettelijk. De korstjes zijn niet meer besmettelijk.

Wie kan gordelroos krijgen?

Iedereen die ooit waterpokken heeft gehad, kan later gordelroos krijgen.

Heeft iemand nooit waterpokken gehad? Dan kan hij waterpokken krijgen door contact met het vocht uit de blaasjes van iemand met gordelroos.

Sommige mensen hebben meer kans om gordelroos te krijgen en er erger ziek van te worden:

- mensen die ouder zijn dan 60 jaar,
- mensen met minder afweer.

Iemand die gordelroos heeft gehad, kan het opnieuw krijgen.

Wat kunt u doen om gordelroos te voorkomen?

Er is een inenting tegen gordelroos voor mensen van 60 jaar en ouder. U kunt met uw huisarts overleggen of deze inenting goed voor u zou zijn.

Zorg dat u niet in aanraking komt met het vocht uit de blaasjes van anderen:

- Zorg dat de blaasjes bedekt zijn, bijvoorbeeld met een gaasje.
- Was de handen na contact met vocht uit de blaasjes.

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 gordelroos te behandelen?

Gordelroos gaat meestal vanzelf over. Er zijn medicijnen die de pijn minder te maken. Een zalfje of crème kan helpen tegen de jeuk. Overleg hierover met uw huisarts.

Kan iemand met gordelroos naar een kindercentrum, school of werk?

Gordelroos komt niet vaak voor bij kinderen. Voelt een kind zich goed? Dan kan het gewoon naar een kindercentrum of school.

Heeft uw kind gordelroos? 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 van waterpokken bij hun kind. Soms zijn extra maatregelen op het kindercentrum of de school nodig.

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

Werkt u in de zorg, met mensen die ernstig ziek zijn of lage weerstand hebben? Dan moet u eerst overleggen met uw werkgever voor u weer gaat werken.

Heeft u nog vragen?

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

Bekijk ook onze [patiëntervaringsfilm](#) over gordelroos