**Informatiebrief voor iemand met mazelen**

Geachte lezer,

U krijgt deze brief omdat u mazelen heeft. Dit is vervelend nieuws en roept misschien vragen op. Het is belangrijk om de leefregels in deze brief goed op te volgen. Zo helpt u voorkomen dat het virus zich verder verspreidt. Worden de klachten erger, bel dan met uw huisarts.

**Wat is mazelen?**

Mazelen is een besmettelijke vlekjesziekte die wordt veroorzaakt door een virus. De ziekte begint met koorts, hangerigheid, (neus)verkoudheid en hoesten. Na 3 tot 7 dagen ontstaan rode vlekjes op de huid. Eerst achter de oren, daarna over het hele lichaam.

**Besmettelijkheid**

Het virus zit in de neus en keel van iemand met mazelen. Als iemand met mazelen hoest of niest, komen kleine druppeltjes met het virus in de lucht. Anderen kunnen deze druppeltjes inademen en zo ook mazelen krijgen. Het mazelenvirus is erg besmettelijk. Iemand met mazelen is besmettelijk vanaf vier dagen vóór het beginnen van de vlekjes tot en met vier dagen na het verschijnen van de vlekjes. De tijd tussen het besmet raken en ziek worden is 7 tot 14 dagen. Meestal rond de 10 dagen.

Meer informatie over mazelen: www.rivm.nl/mazelen.

**Thuis blijven**

Het is belangrijk dat u thuis blijft tot en met vier dagen na het ontstaan van de vlekjes. Ook is het verstandig om in deze periode geen contact te hebben met jonge baby’s, zwangeren of mensen met een ernstig verminderde afweer. Zijn de vlekjes meer dan vier dagen geleden ontstaan, dan bent u niet meer besmettelijk. Als u zich goed voelt mag u dan weer naar werk.

Heeft u ongevaccineerde kinderen die naar het kinderdagverblijf of school gaan? Houd deze kinderen dan ook thuis en overleg met de GGD tot wanneer uw kind(eren) thuis moet houden. Zo voorkomt u dat het virus zich verder verspreidt.

**Bron- en contactonderzoek**

De GGD neemt contact met u op om na te gaan met welke mensen u contact heeft gehad. Denk hierbij aan huisgenoten, familieleden, of collega’s.

Mensen die nog geen mazelen hebben gehad of niet gevaccineerd zijn tegen mazelen, kunnen de ziekte nog krijgen. Baby’s jonger dan 14 maanden, ongevaccineerde zwangeren en mensen met een ernstige verminderde afweer lopen meer risico om ernstig ziek te worden door mazelen.

**Vaccinatie tegen mazelen (BMR)**

Mensen die contact hebben gehad met u en nog geen vaccinatie tegen mazelen hebben gekregen (BMR), kunnen zich alsnog laten vaccineren via de GGD. Door de vaccinatie maken zij antistoffen tegen de ziekte en krijgen zij geen mazelen. Mensen die risico lopen om ernstig ziek te worden door mazelen, maar die niet gevaccineerd kunnen worden, kunnen antistoffen krijgen. Deze antistoffen beschermen tijdelijk tegen mazelen. De GGD bespreekt dit met hen.

**Wat moet ik doen als ik denk dat iemand in mijn gezin ook mazelen heeft?**

Als andere gezinsleden klachten krijgen die passen bij mazelen, blijven zij ook thuis. Ook is het belangrijk dat zij uit de buurt blijven van zwangeren, jonge baby’s en mensen met een ernstige verminderde afweer.

Bel uw huisarts voordat u naar de huisartsenpraktijk gaat. In een (drukke) huisartsenpraktijk kan het virus zich gemakkelijk verspreiden. Als u belt zal uw huisarts of de praktijkassistente vertellen wat u kunt doen.

**Heeft u vragen over mazelen?**

Algemene informatie: www.rivm.nl/mazelen

Telefoonnummer GGD:

Wij hopen u hiermee voldoende geïnformeerd te hebben.

Met vriendelijke groet,

**Team infectieziektebestrijding**
GGD [….]