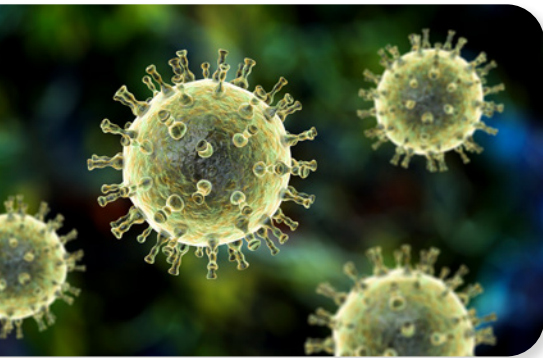


Zona

Zona, gordelroos of herpes zoster is een vorm van meestal pijnlijke huiduitslag met blaasjes. Die komt vooral voor op de borstkas, rug, nek en aangezicht. Het wordt veroorzaakt door een opflakking van het waterpokkenvirus, dat slapend aanwezig blijft in het lichaam na het doormaken van de waterpokken (bv. vaak op kinderleeftijd). Deze opflakking treedt meestal na vele jaren op, daarom zie je zona vaakst bij 50+'ers of personen met een verzwakt immuunsysteem. De pijn gelinkt aan zona, kan erg vervelend tot extreem pijnlijk zijn en soms lang aanslepen.

Opgelet, herpes **zoster** niet verwarren met herpes **simplex**, het virus dat bijvoorbeeld koortsblazen veroorzaakt.



Virus

Zona wordt veroorzaakt door hetzelfde virus dat waterpokken veroorzaakt. Het virus blijft aanwezig in het lichaam en kan terug de kop op steken. Bij het ouder worden verzwakt een immuunsysteem, waardoor het risico op een heropflakking van het virus groter wordt. Bij zona zien we dan een ontsteking van de zenuwbaan.



Symptomen

- 1 Soms ontstaat er vóór de uitslag een branderig gevoel, gecombineerd met matig tot hevige pijn, jeuk of tintelingen.
- 2 Daarna verschijnt een huiduitslag (rode vlekken en blaadjes), vooral op de borstkas, rug, nek en aangezicht. De uitslag heeft meestal de vorm van een 'band' (of een gordel, vandaar de term gordelroos) aan één kant van het lichaam. Op de ledematen, zoals armen en benen, komt de uitslag zelden voor. Dit kan gecombineerd gaan met hoofdpijn, koorts en zich onwel voelen.

Na één tot twee weken zie je genezing van de huiduitslag. Het verdwijnt meestal binnen de vier weken. De huid kan wel nog een tijdje verkleurd zijn.

Complicaties

Een opstoot van zona kan leiden tot complicaties. Het risico op complicaties stijgt met de leeftijd, gezien het immuunsysteem van nature al wat verzwakt.

De meest voorkomende complicatie is post-zonale of post-herpetische pijn. Het is een blijvende zenuwpijn op de plek waar de huiduitslag zich bevond.

Bij zona in het aangezicht kan ook een ontstoken oog last blijven geven: dat oog kan rood kleuren, gevoelloos worden en zo het zicht aantasten. In dat geval moet je (ook) op consultatie bij de oogarts.

Behandeling

Zona vergt normaal geen specifieke behandeling en gaat in principe vanzelf over. Enkele voorzorgsmaatregelen:

- Ga niet zwemmen als er blaasjes zijn.
- Zolang er blaasjes zijn, dep dan na het douchen je huid droog zonder te wrijven. Als de blaasjes opengaan kan het vocht zich verspreiden. Wie nog geen waterpokken heeft gehad, kan hierdoor besmet raken. Zorg dus steeds voor een goede handhygiëne.

Indien je erge pijn ervaart, kunnen pijnstillers of bij onvoldoende soelaas ontstekingswerende medicatie in korte periode aan de laagst werkzame dosis aangeraden worden.

Voor bepaalde doelgroepen wordt vaker een antivirale behandeling opgestart, denk maar aan personen met verminderde weerstand of een hoger risico op complicaties (patiënten onder oncologische behandeling, behandeling met cortisone, aids ...). Opvolging van oudere patiënten



en personen met diabetes is ook nodig. Een behandeling start je best binnen de drie dagen na de aandoening op.

• Virus afremmen

Antivirale medicatie, medicatie die de groei van het virus afremt, kan overwogen worden. Het gaat om aciclovir of valaciclovir gedurende zeven dagen. Hierdoor zal de duur van de ziekte verkorten. De huidletsels zullen niet verdwenen zijn na de behandeling. Dit geneesmiddel kan ook toegediend worden via een infuus (na ziekenhuisopname).

• Behandelen van pijn

Matige tot hevige pijnklachten kunnen worden behandeld met pijnstillers. Tijdens de acute fase kunnen normale pijnstillers voldoende zijn, maar vooral bij aanslepende zenuwpijn moeten andere soorten pijnstillers voor zenuwpijn door de arts worden voorgeschreven. Dat zijn vaak middelen die initieel gebruikt werden tegen depressie en epilepsie, maar die ook goed werken tegen dit type pijn. Deze middelen werken niet onmiddellijk en moeten meestal minstens enkele weken ingenomen worden om de pijnstillende werking te kunnen evalueren.

Preventie van zona

Voor risicopersonen kan ook een vaccin aanbevolen worden ter preventie van zona, omdat deze doelgroepen vaker complicaties ontwikkelen. Bespreek de mogelijkheden met de behandelende arts.

Verantwoordelijke uitgever:

KAVA - P. Meyten
Lange Leemstraat 187
D/2023/3286/03

Redactie en realisatie: KAVA

in nauwe samenwerking met em. prof. dr. Gert Laekeman