

# Besmettelijke maag-darmziekten

## Wat is een besmettelijke maag-darmziekte?

Mensen krijgen meestal een besmettelijke maag-darmziekte door een bacterie of een virus. De ziekte heet ook wel buikgriep.

## Wat zijn de klachten bij een besmettelijke maag-darmziekte?

Klachten kunnen zijn:

- Diarree (soms met bloed erbij)
- Misselijk voelen
- Braken
- Buikpijn en buikkramp
- Koorts
- Hoofdpijn

De tijd tussen besmet raken en klachten krijgen kan enkele uren tot een paar dagen zijn.

## Hoe kunt u een besmettelijke maag-darmziekte krijgen?

- Door virussen:

Virussen zitten soms in de ontlasting. Via de handen kan een virus in de mond terecht komen. Dit kan gebeuren als iemand de handen niet goed wast nadat hij naar het toilet is geweest.

Soms zit een virus ook in braaksel.

- Door bacteriën:

Bacteriën waar mensen ziek van worden, zitten soms in voedsel, water of melk. Als u dit eet of drinkt, kunt u ziek worden.

Er zitten altijd bacteriën in de ontlasting, van sommige kunt u ziek worden. Via de handen kunnen bacteriën in de mond komen.

Virussen en bacteriën kunnen al enkele dagen in de ontlasting zitten voordat iemand ziek wordt. Dit kan ook nog als iemand al weer beter is.

### Wie kan een besmettelijke maag-darmziekte krijgen?

Iedereen kan ziek worden van bacteriën en virussen. De klachten kunnen erger zijn bij jonge kinderen, ouderen en mensen die al een andere ziekte hebben.

### Wat kunt u doen om een besmettelijke maag-darmziekte te voorkomen?

Iemand die ziek is, kan een ander makkelijk besmetten. Let daarom op het volgende als iemand ziek is:

- Regelmatig goed handen wassen met water en zeep
- Op een veilige manier eten en drinken klaarmaken
- Zeker 1 keer per dag het toilet goed schoonmaken

! Lees meer over deze belangrijke informatie in de folder "Wat te doen bij diarree".

### Is een besmettelijke maag-darmziekte te behandelen?

De klachten gaan meestal vanzelf over na 1 tot 4 dagen.

Bent u ziek door een bacterie? Dan schrijft de arts soms medicijnen voor. Bij virussen heeft dit geen zin.

Het is belangrijk om genoeg te drinken en zout en suiker binnen te krijgen. Zo voorkomt u dat u uitdroogt.

Drink daarom thee, water, bouillon of suikerzoutoplossing (ORS). ORS kunt u kopen bij de drogist of apotheek.

Bij vragen over de klachten belt u de huisarts. Als u diarree heeft met bloed erbij, bel dan altijd de huisarts.

### Kan iemand met een besmettelijke maag-darmziekte naar het kindercentrum, school of werk?

- Kindercentrum/school:

Kinderen met klachten voelen zich vaak te ziek. Voelt een kind zich weer goed, dan kan het gewoon naar school of kindercentrum. Heeft een kind bloed bij de diarree, overleg dan eerst met de huisarts.

Heeft uw kind een besmettelijke maag-darmziekte? Vertel het dan aan de leidster of de leerkracht. Zij kunnen in overleg met de GGD andere ouders informeren. Ouders kunnen dan letten op de klachten bij hun kind.

- Werk:

Volwassenen mogen weer naar hun werk als de diarree over is en ze zich goed voelen. Werkt u met jonge kinderen of in de zorg? Overleg dan eerst met de werkgever voor u weer gaat werken. Doe dit ook als u in de voedselbereiding werkt, bijvoorbeeld in een restaurant of een slagerij.

### Heeft u nog vragen?

Bel dan met het Meldpunt infectieziekten GGD

Twente. U kunt het Meldpunt bereiken:

van maandag tot en met vrijdag van 8.30 tot 17.00 uur  
op telefoonnummer 053 487 68 40.

U kunt ook mailen naar [infectieziekten@ggdtwente.nl](mailto:infectieziekten@ggdtwente.nl)



ADRES  
Nijverheidstraat 30  
7511 JM Enschede  
POSTADRES  
Postbus 1400  
7500 BK Enschede  
TELEFOON  
053 487 68 88  
FAX  
053 487 69 97  
DIGITAAL  
[info@ggdtwente.nl](mailto:info@ggdtwente.nl)