

# Shigellose

## Wat is Shigellose?

Shigellose is een infectie van de darmen. Mensen krijgen de ziekte door de Shigellabacterie. Er zijn meer soorten Shigellabacteriën. Mensen lopen Shigellose vaak op tijdens een reis naar “warme” landen.

## Wat zijn de klachten bij Shigellose?

De eerste klachten zijn koorts, kramp in de buik en waterdunne diarree.

Na een paar dagen kan de diarree slijmerig worden en er kan bloed bij zitten. Soms krijgt iemand spierpijn, hoofdpijn of uitslag op de huid.

De tijd tussen besmet raken en ziek worden is 1 tot 7 dagen. De meeste mensen worden na 1 tot 3 dagen ziek.

## Hoe kunt u Shigellose krijgen?

De Shigellabacterie zit in de ontlasting van iemand die besmet is. Iemand die Shigellose heeft kan anderen besmetten:

- Via de handen. De bacterie kan bijvoorbeeld aan de wc-bril, de spoelknop of de deurkruk komen. Hierdoor kan de bacterie via de handen in de mond terechtkomen.
- Via de handen kan de bacterie ook op servies, bestek en op eten komen.
- Via seksueel contact kan de bacterie in de mond komen.

## Wie kan Shigellose krijgen?

Iedereen kan Shigellose krijgen. Reizigers naar “warme” landen hebben een grotere kans om besmet te raken. Heeft iemand in het gezin Shigellose? Dan hebben anderen in het gezin ook een grotere kans om het te krijgen. Vooral kinderen in het gezin.

Iemand met Shigellose kan anderen besmetten. Dit kan zolang de bacterie nog in de ontlasting zit.

De Shigellabacterie zit tot ongeveer 4 weken na het begin van de klachten in de ontlasting. Soms is dit langer.

Er zijn verschillende soorten Shigellabacteriën. Iemand die de ziekte heeft gehad bouwt afweerstoffen op. Maar alleen voor het soort Shigellabacterie waar hij ziek door is geworden. Iemand kan dus vaker Shigellose krijgen.

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

Er zijn geen inentingen of medicijnen om Shigellose te voorkomen. Om deze ziekte te voorkomen is het belangrijk om op het volgende te letten:

- 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".

GGD raadt mensen die naar het buitenland reizen aan:

- Drink geen water uit de kraan. Gebruik water uit dichte, nog niet geopende flessen. U kunt water ook eerst koken.
- Gebruik geen ijsklontjes of melkproducten zoals melk, ijs of yoghurtdrink.
- Eet geen rauwkost, salades of ongeschild fruit. Schil fruit zelf.
- Eet alleen goed gekookt of goed doorbakken voedsel. Het moet helemaal gaar zijn..

### **Is Shigellose te behandelen?**

De ziekte geneest meestal na enkele weken vanzelf. Heeft iemand erg veel klachten? Overleg dan met de huisarts. Deze kan zo nodig medicijnen voorschrijven.

Krijgen anderen in het gezin ook klachten? Bel dan ook de huisarts.

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

Heeft een kind Shigellose? Dan mag het niet naar een kinderdagverblijf of peuterspeelzaal. De huisarts en de GGD kunnen u zeggen wanneer dit weer mag. Dit is ook zo voor kinderen in groep 1 en 2 van de basisschool.

Oudere kinderen mogen naar school als de klachten over zijn en ze zich goed voelen.

Mensen 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)