



# Buiktyfus

informatie over buiktyfus  
en andere vakantietips



 **gezondopreis.nl**

Gezond op reis. Gezond weer thuis.

## **Wat is buiktyfus?**

Buiktyfus is een besmettelijke infectie van de darmen, veroorzaakt door een bacterie (Salmonella Typhi). Deze bacterie zit in ontlasting, bloed en urine van mensen die besmet zijn met deze bacterie. Het vervelende is dat iemand die besmet is, andere mensen kan besmetten, zonder zelf klachten te hebben. U kunt dus iemand anders besmetten terwijl u er nog niets van merkt, maar u kunt ook besmet worden door iemand anders die zich zelf prima voelt! Ook na het begin van de klachten, is iemand nog 2-4 weken besmettelijk voor anderen.

## **Wat zijn de klachten?**

Na besmetting duurt het 8 tot 14 dagen voor iemand de eerste klachten krijgt. Mensen voelen zich niet lekker, krijgen koorts (39-40 °C), hoofdpijn, verstopping, soms gevolgd door (bloederige) diarree. Later kan iemand suf worden en uitslag (rode vlekken) op de borst en buik krijgen. Zonder behandeling kunnen mensen ernstig ziek worden en zelfs aan deze infectie overlijden.

## **Hoe krijgt iemand buiktyfus?**

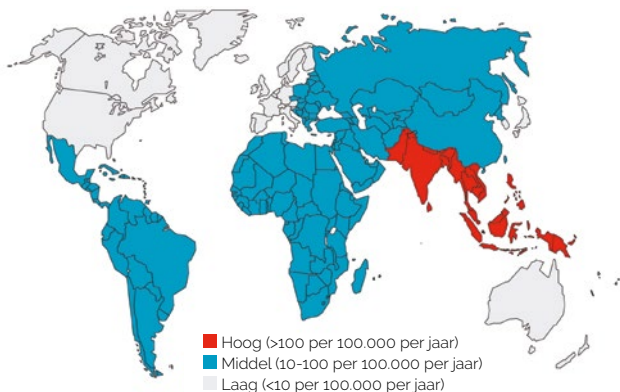
In het buitenland verloopt besmetting meestal via besmet eten of drinken. Voorbeelden zijn besmette rauwe groenten en fruit, melkproducten, rauwe schelpdieren, onverpakt ijs, water of drankjes met ijsblokjes. Besmetting kan ook plaatsvinden via een besmette toiletbril, spoelknop of andere voorwerpen. Door deze voorwerpen aan te raken, komt de bacterie aan de hand en kan het ook in de mond komen. Op dat moment is iemand besmet. Iedereen kan buiktyfus krijgen, maar sommige mensen lopen een groter risico. Dit zijn mensen met chronische darmaandoeningen, mensen met een verminderde weerstand of mensen die maagzuurremmers gebruiken.

## **Waar zijn de risicolanden?**

In landen met minder goede hygiëne bestaat een risico op besmetting met de buiktyfus bacterie. Slechte riolering of drinkwater dat niet goed gezuiverd is, geven een grotere kans op besmetting met deze bacterie.

Vaak werkt men in deze landen ook minder hygiënisch bij de bereiding van eten en drinken, wat ook de kans op besmetting vergroot.

## Risicolanden voor buiktyfus<sup>2</sup>



## Hoe kan buiktyfus worden voorkomen?

Door zeer strenge hygiënische voorschriften na te leven en de bereiding van levensmiddelen goed te controleren. Je kunt je ook laten vaccineren tegen buiktyfus. Dit verlaagt het risico op een infectie, maar geeft geen volledige bescherming. Algemene tips om buiktyfus te voorkomen:

- drink water uit flesjes en gepasteuriseerde melk
- kook leidingwater minstens 1-2 minuten
- gebruik geen ijsblokjes en eet geen onverpakt ijs
- poets uw tanden met water in flesjes
- let op dat uw eten goed gekookt of doorbakken is
- eet geen rauwe schelp- of schaaldieren
- koop geen eten op straat
- eet alleen zelf geschild of gewassen fruit en groente
- handen wassen na gebruik van het toilet
- handen wassen voor het koken én voor het eten

### Referenties:

1) Voor meer informatie over buiktyfus kijkt u op [gezondopreis.nl](http://gezondopreis.nl) of op de website van het RIVM ([www.rivm.nl](http://www.rivm.nl)).

2) Bron buiktyfus kaartje: Maurice J. A first step in bringing typhoid fever out of the closet. The Lancet, Vol 379, Issue 9817, 699-700. (Adapted by The Lancet from a figure published in Bull World Health Org 2004; 82: 351)

## Tips om goed voorbereid op vakantie te gaan

- Vraag ook naar gezondheidsrisico's in uw vakantieland. Infectieziekten komen niet alleen in verre tropische oorden voor, maar ook in landen dichterbij huis zoals Turkije, Egypte, Marokko of Kroatië.
- U kunt gezond op reisadvies krijgen bij GGD of ander vaccinatie-centrum. Ook zijn er huisartsen die gespecialiseerd zijn in reizigersadvies
- Begin op tijd met de voorbereidingen; als het kan 6-8 weken voor uw vertrek. U heeft dan voldoende tijd voor eventuele vaccinaties. Ook als u 'last minute' heeft geboekt, is het verstandig om gezond op reisadvies te halen.
- Informeer van te voren of u alles kunt eten en drinken in uw vakantiebestemming
- Heeft u inentingen gehad? Dan wordt dit in uw gele vaccinatieboekje geregistreerd. Bewaar dit goed en bij uw paspoort als u op vakantie gaat als bewijs dat u de inentingen heeft gehad
- Als u onder doktersbehandeling bent, vraag dan uw huisarts of specialist of er nog speciale maatregelen nodig zijn
- Gebruikt u medicijnen? Zorg dan voor voldoende voorraad voor de hele vakantie. Het is handig dit in uw handbagage mee te nemen.
- Het is belangrijk een lijstje met gegevens over mogelijke allergieën, overgevoeligheden of medicijnen die u gebruikt mee te nemen. Bewaar dit op een vaste plek
- Neem een goed gevulde EHBO-kit mee op vakantie
- Controleer of uw ziektekostenverzekering op vakantie geregeld is

Als u naar een land reist waar buiktyfus voorkomt dan is het verstandig om een gezond op reisadvies te halen bij de GGD of ander vaccinatiecentrum, of een huisarts, gespecialiseerd in reizigersadvies.

**Wilt u meer weten? Kijk dan eens op:  
[gezondopreis.nl](http://gezondopreis.nl) of [lcr.nl](http://lcr.nl)**



**gezondopreis.nl**