

# Voorkom verspreiding van buikgriep



Op dit moment heerst er buikgriep op de afdeling. Een aantal bewoners en medewerkers is ziek met diarree en sommigen moeten braken.

## **Wat is buikgriep?**

In de herfst en winter krijgen veel mensen buikgriep. Zij hebben dan klachten zoals diarree, buikpijn, misselijkheid en braken. Buikgriep wordt meestal veroorzaakt door een virus en in de wintermaanden is het meestal het norovirus. Buikgriepvirussen zijn erg besmettelijk. De mensen die besmet raken hebben een grote kans om ziek te worden.

## **Hoe ziek kun je ervan worden?**

De verschijnselen van buikgriep komen vaak plotseling op. De meeste personen zijn 2 tot 5 dagen ziek en voelen zich daarna nog een tijdje slap. Er zijn vrijwel nooit ernstige gevolgen. Voor ouderen en jonge kinderen kunnen de gevolgen ernstiger zijn, omdat zij groter risico lopen op uitdroging. Ook duurt het veel langer voordat zij hersteld zijn.

## **Waar komt buikgriep voor?**

De virussen die buikgriep veroorzaken zitten in ontlasting en braaksel van iemand die ziek is. Het virus kan zich goed verspreiden via bijv. de kranen, spoelknoppen van wc's. Door contact met deze voorwerpen komt het virus op de handen en kan daarna in de mond terechtkomen. Het virus kan ook verspreid worden via voedsel dat klaargemaakt is door iemand die buikgriep heeft.

## **Wat kunt u doen om niet ziek te worden?**

Was de handen goed ná toiletbezoek en vóór voedselbereiding; gebruik daarbij vloeibare zeep en bij voorkeur wegwerphanddoekjes.

Zo helpt u mee om verspreiding van het buikgriepvirus te voorkomen !

Was uw handen goed bij het verlaten van de afdeling of het appartement.  
Heeft u zelf klachten die lijken op buikgriep; stel dan het bezoek zoveel mogelijk uit tot u weer hersteld bent. U bent snel weer hersteld, maar onze bewoners kunnen erg ziek worden van buikgriep.

Wij danken u bij voorbaat voor uw medewerking.