**Informatiefolder virale meningitis**

# **Wat is meningitis?**

Meningitis of ****hersenvliesontsteking**** is een ontsteking van de vliezen rond de hersenen en het ruggenmerg. Meningitis kan veroorzaakt worden door verschillende types van virussen en bacteriën, we spreken van virale of bacteriële meningitis.

****Virale meningitis**** kan veroorzaakt worden door verschillende soorten virussen. Deze vorm van meningitis is over het algemeen minder ernstig dan bacteriële meningitis en de meeste patiënten herstellen volledig. Voorbeelden van virussen die meningitis kunnen veroorzaken zijn het bofvirus, enterovirussen of het windpokkenvirus.

# **Hoe ontstaat virale meningitis?**

Meningitis wordt, zoals hierboven uitgelegd, vaak veroorzaakt door virussen. Meestal zit de ziekteverwekker in de neus- en keelholte. De kiemen zijn daar tijdelijke bewoners waartegen de gastheer (drager) afweer zal proberen op te bouwen. Na verloop van tijd zullen bij de meeste mensen de virussen verdwijnen omdat het afweersysteem van de drager ‘gewonnen heeft’. Wanneer die bepaalde kiem nog eens terugkomt, kan het afweersysteem sneller reageren en verdwijnt de mogelijke ziekteverwekker sneller.

Bij sommige mensen slagen de virussen er toch in om via de neus- en keelholte verder het lichaam in te trekken. Wanneer ze het hersenvocht kunnen binnendringen, ontstaat meningitis.

De ziekteverwekkers kunnen overgedragen worden naar anderen, zowel door niet-zieke dragers als door zieke personen. Meestal gebeurt dit via druppeltjes door hoesten en niezen of via de handen. Bepaalde virussen worden verspreid via de stoelgang van de patiënt.

# **Wat zijn de ziektetekens van virale meningitis?**

In het begin kan virale meningitis lijken op een infectie zoals griep met klachten van ****hoofdpijn, koorts, algemeen onwel zijn en braken****. Vaak treden er ook andere ziektetekens op zoals ****spierpijn, nekstijfheid, verminderde eetlust, de neiging licht te vermijden en sufheid****. Het verdere verloop van deze vorm van meningitis is meestal ****gunstig****. De patiënt herstelt vaak volledig na enkele weken. Soms kunnen klachten zoals vermoeidheid of algemene zwakte wat langer blijven bestaan.

Bij baby’s zijn de ziektetekens vaak minder duidelijk: ****koorts, slaperigheid of eerder opwinding, slecht drinken.**** Ookbij hen is het verdere verloop meestal gunstig.

****Wat is nekstijfheid?****

Door de ontsteking van de hersenvliezen komen deze onder spanning te staan. Daardoor kan de patiënt zijn kin niet meer tot op het borstbeen brengen.

# **Is virale meningitis besmettelijk?**

De meeste ziekteverwekkers (bacterie of virus) die meningitis veroorzaken, zijn besmettelijk. Dit wil zeggen dat ze overgedragen kunnen worden van de ene persoon naar de andere bij nauw contact. Maar wanneer iemand in contact komt met zo een virus of een bacterie, wil dat niet zeggen dat hij of zij zeker meningitis krijgt (zie hoger Hoe ontstaat meningitis?).

# **Wie kan virale meningitis krijgen?**

Virale meningitis kan op ****elke leeftijd**** voorkomen. De meeste patiënten met meningitis zijn kinderen, maar volwassenen kunnen het zeker ook krijgen.

Sommige personen zijn meer vatbaar voor meningitis en andere ernstige ziekten wanneer ze in contact komen met de verschillende ziekteverwekkers. ****Risicofactoren**** zijn o.a. een verminderde weerstand tegen ziekten (bijvoorbeeld door een chronische ziekte zoals kanker of suikerziekte, een afweerstoornis of een voorafgaande infectie van de luchtwegen) en (mee)roken.

In situaties waar mensen dicht bij elkaar leven, is de kans groter dat ziekteverwekkers aan anderen doorgegeven worden, denk aan scholen en kinderdagverblijven.

# **Waar komt virale meningitis voor?**

Virale meningitis komt overal in de wereld voor.

# **Hoe wordt de diagnose van virale meningitis gesteld?**

Wanneer je denkt dat je kind misschien meningitis heeft, moet je ****zo snel mogelijk de huisarts of kinderarts waarschuwen****. Als je niemand kan bereiken, moet je kind onmiddellijk naar het dichtstbijzijnde ziekenhuis gebracht worden.

De diagnose van meningitis wordt eerst vermoed op basis van de ziektetekens en het lichamelijk onderzoek. Verder onderzoek in een laboratorium is nodig om een onderscheid te kunnen maken tussen virale en bacteriële meningitis.

# **Hoe wordt virale meningitis behandeld?**

Bij een vermoeden van meningitis moet onmiddellijk een arts geraadpleegd worden.

Bij ****virale meningitis**** hebben antibiotica geen zin. De infectie geneest vanzelf. In uitzonderlijke gevallen kan een behandeling gestart worden met antivirale geneesmiddelen.

# **Wat moet je doen wanneer iemand in je omgeving virale meningitis heeft?**

Wanneer je kind of iemand anders in je nabije omgeving een virale meningitis doormaakt, heeft het geen zin zelf uit voorzorg medicatie in te nemen. Dit is alleen in uitzonderlijke gevallen nodig bij bepaalde vormen van bacteriële meningitis.Bij ziektetekens die zouden kunnen wijzen op meningitis of gewoon bij vragen, neem je best contact op met een arts.

# **Welke voorzorgsmaatregelen kan je nemen tegen virale meningitis?**

Vaccinatie

Vaccinatie tegen bepaalde virussen die o.a. meningitis kunnen veroorzakenis mogelijk en wordt aangeraden door de Hoge Gezondheidsraad. Het gaat over vaccinatie tegen ****poliomyelitis****, ****mazelen**** en ****bof.**** Deze inentingen worden gratis aangeboden aan alle zuigelingen via de preventieve raadplegingen van Kind en Gezin of via de huisarts of kinderarts. Vaccinatie tegen windpokken (varicella) is ook mogelijk, maar wordt niet op grote schaal aangeraden.

Andere voorzorgsmaatregelen

Een goede, persoonlijke hygiëne vermindert de kans dat je wordt besmet met eender welke ziekteverwekker en dat je zelf ziektekiemen overdraagt. Geregeld je ****handen wassen****, zeker voor je iets eet of drinkt, voor bereiding van een maaltijd en na toiletbezoek, is heel belangrijk. Bij niezen en hoesten gebruik je best een papieren zakdoek (die je direct daarna weggooit) en was je nadien je handen.

# **Mag iemand met virale meningitis naar school?**

Kinderen met meningitis zijn te ziek om naar school te gaan.