



Kinkhoest

In het kort

Wat is kinkhoest?

Kinkhoest is een besmettelijke ziekte. Mensen krijgen het door een bacterie. In Nederland worden kinderen ingeënt tegen kinkhoest. Toch komt kinkhoest regelmatig voor bij kinderen en volwassenen.

Wat zijn de klachten bij kinkhoest?

Kinkhoest kan beginnen met;

- koorts
- verkoudheid
- hoesten

Na ongeveer 2 weken worden de hoestbuien erger, vooral 's nachts. Dat kan een opvallend blaffende hoest zijn. Tijdens de hoestbui kan iemand erg benauwd worden en gaan braken. Van die hoestbuien kan iemand erg moe worden. Na een paar weken wordt het hoesten langzaam minder. Bij volwassenen lijkt kinkhoest vaak op een zware verkoudheid. Bij jonge baby's zijn de klachten soms anders zoals;

- slecht eten
- moeite met ademen
- blauw aanlopen

De tijd tussen besmet raken en ziek worden is meestal 7 tot 10 dagen. Baby's kunnen erg ziek worden van kinkhoest

Hoe kunt u kinkhoest krijgen?

De kinkhoestbacterie zit in de keel van iemand die besmet is. Door hoesten en niezen komen kleine druppeltjes met de bacterie in de lucht. Mensen kunnen deze druppeltjes inademen en besmet raken.

Kinkhoest is vooral besmettelijk aan het begin van de ziekte. Iemand weet dan vaak nog niet dat hij kinkhoest heeft. Iemand is besmettelijk tot 4 weken na het begin van de erge hoestbuien.

Wie kan kinkhoest krijgen?

Iedereen kan kinkhoest krijgen. Iemand die ingeënt is tegen kinkhoest kan het ook krijgen maar is meestal minder ziek. Ook als u kinkhoest heeft gehad, kunt u toch opnieuw kinkhoest krijgen. Vooral jonge baby's die nog niet zijn ingeënt kunnen erg ziek zijn door kinkhoest. Ook kinderen met ziekten van longen, hart of spieren kunnen erg ziek worden van kinkhoest.

Zwangere vrouwen die kinkhoest hebben, moeten met hun huisarts overleggen. Zij kunnen direct na de geboorte de baby besmetten.

Heeft uw baby contact gehad met iemand die kinkhoest heeft? Houdt dan in de gaten of de baby gaat hoesten. Als de baby ziek wordt of gaat hoesten neem dan contact op met de huisarts.

Heeft u kinkhoest? Blijf dan uit de buurt van jonge baby's die nog niet zijn ingeënt. Het is dan ook beter geen contact te hebben met vrouwen die binnenkort gaan bevallen.

Wat kunt u doen om kinkhoest te voorkomen?

Bij hoesten en niezen:



- Gebruik een papieren zakdoekje.
- Hebt u geen papieren zakdoekje bij de hand? Houd dan uw hand voor de neus en mond. U kunt ook in de plooi van de elleboog hoesten en niezen.



- Gooi het zakdoekje na gebruik weg.



- Was regelmatig uw handen met water en zeep, zeker na een flinke hoest- of niesbui.
- Leer kinderen ook netjes te hoesten en te niezen.

Is kinkhoest te behandelen?

De huisarts kan een test doen om na te gaan of iemand kinkhoest heeft. De huisarts kan ook zeggen of een behandeling nodig is.

U kunt wel hoestdrank of neusdruppels gebruiken om minder last te hebben van de klachten.

Kan iemand met kinkhoest naar een kindercentrum, school of werk?

Voelt een kind met kinkhoest zich goed? Dan kan het gewoon naar het kinderdagverblijf, peuterspeelzaal of school. Kinkhoest is al besmettelijk voordat iemand weet dat hij kinkhoest heeft. Thuisblijven helpt niet te voorkomen dat anderen kinkhoest krijgen.

Heeft uw kind kinkhoest? 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 van kinkhoest bij hun kind.

Iemand met kinkhoest die zich goed voelt, kan meestal gewoon gaan werken. Werken mensen met jonge baby's of in de zorg? Dan moeten zij eerst overleggen met hun werkgever voor ze weer gaan werken.

Heeft u kinkhoest en bent u in de buurt geweest van een baby of hoogzwangere vrouw? Vertel dan aan de ouders van de baby of aan de zwangere dat u kinkhoest heeft. Ouders of de zwangere kunnen dan letten op de klachten van kinkhoest.

Heeft u nog vragen?

Vraag het aan de huisarts of bel met de GGD afdeling infectieziekten.