



Datum: 10/07/2009
Contact: Interministerieel Commissariaat Influenza
E-mail: info@influenza.be
Tel:
Fax:

Betreft: griep A/H1N1 & kampen van jeugdbewegingen

Geachte leiders en leidsters

Gelet op de A/H1N1-griep epidemie die nu al een aantal maanden heerst, is het belangrijk dat jullie de volgende aanbevelingen opvolgen om jullie kamp zo rustig mogelijk te laten verlopen.

CHECKLIST VOÓR HET VERTREK:

- Ik heb een of meerdere thermometers in mijn EHBO-koffer zitten.
- Ik heb het telefoonnummer en het adres van de plaatselijke arts.
- Ik heb het telefoonnummer en het adres van het dichtstbijzijnde ziekenhuis.
- Ik ken het adres van de dichtstbijzijnde apotheker.
- Ik weet hoe ik het snelst de arts of het ziekenhuis kan bereiken.
- Iedereen van de leiding weet wat men moet doen als er een vermoeden is van griep.
- De eerste dag van het kamp laat ik alle kinderen weten welke voorzorgsmaatregelen met betrekking tot hygiëne er gerespecteerd moeten worden.
- Ik zie er dubbel zo streng op toe dat de kinderen hun handen geregeld wassen met zeep, vooral nadat ze naar het toilet zijn gegaan.
- Ik wijs iemand aan als kampverpleger/-verpleegster.

VOORZORGSMATREGELEN MET BETREKKING TOT HYGIËNE DIE GERESPECTEERD EN AAN DE KINDEREN UITGELEGD MOETEN WORDEN:

- Was je handen geregeld met water en zeep:

Door je handen te wassen bescherm je je tegen elk rechtstreeks en onrechtstreeks contact met het griepvirus.

- Hou een papieren zakdoek voor je mond en neus wanneer je niest.

De druppeltjes verspreiden zich slechts over een beperkte afstand. Men loopt dus het grootste risico om besmet te raken wanneer men zich dichtbij iemand bevindt die hoest of niest zonder de mond of neus te bedekken.

- Gooi uw zakdoekjes in de vuilnisbak.

Het griepvirus kan tijdelijk overleven buiten het menselijk lichaam en kan bijgevolg worden overgedragen via recent besmette voorwerpen zoals zakdoeken. Het is dus belangrijk om gebruikte zakdoekjes altijd weg te gooien in de vuilnisbak.

- Heb je geen zakdoekje bij de hand, bedek dan je mond en je neus

Heb je geen zakdoekje bij de hand, hou dan je hand voor je mond en neus terwijl je niest of hoest. Zo help je de verspreiding van het virus tegen te gaan. Was onmiddellijk daarna je handen.

- Vermijd nauwe contacten als je ziek bent.

Het zieke kind moet de hygiënemaatregelen goed opvolgen om te vermijden dat de griep zich verspreidt.

ZIEKTESYMPTOMEN:

- Koorts > 38°C
- Spierpijn (gewrichts- en/of spierpijn), hoofdpijn
- Hoesten
- Diarree, braken
- Zich onwel voelen.

OORZAKEN EN OVERDRACHT VAN DE GRIEP A/H1N1:

De griep A/H1N1 wordt veroorzaakt door een virus dat de ademhaling aantast (neus, keel, bronchiën en soms ook de longen). Het virus wordt voornamelijk via de luchtwegen overgedragen, meer bepaald via druppeltjes speeksel die bij het hoesten of niezen in de lucht worden verspreid. Druppeltjes die in de lucht worden verspreid kunnen dus iemand rechtstreeks besmetten. Daarnaast kan iemand ook besmet raken als hij eerst een besmet voorwerp en vervolgens zijn ogen, neus of mond aanraakt. Het speeksel wordt ook overgedragen via de handen wanneer men bij het hoesten z'n hand voor de mond houdt. De besmetting kan langer dan een week duren en tot een paar symptomen beperkt blijven maar er kunnen ook complicaties optreden. Opgelet! Het besmettingsrisico is groter in een besloten ruimte of binnen. Vandaar dat men minder risico loopt in de open lucht!

WAT ALS EEN VAN DE KINDEREN BESMET IS GERAAKT?

- Zonder een kind met verdachte symptomen af en zorg ervoor dat het niet meer met de anderen speelt om het besmettingsrisico te beperken.
- Neem snel contact op met de arts: hij zal u uitleggen wat u moet doen.
- Ga niet naar het ziekenhuis. De arts zal bij u ter plaatse komen.
- En vergeet vooral de regels van de basishygiëne niet te volgen.

Door deze eenvoudige aanbevelingen op te volgen, zult u de situatie beter kunnen aanpakken. Als u vragen hebt over de griep kunt u contact opnemen met het callcenter, op het nr. 0800/99.777, of kunt u de website consulteren: www.influenza.be. Ik hoop alvast dat jullie prachtige momenten mogen beleven op kamp.

Hoogachtend



Prof. Marc Van Ranst
Interministeriële Commissaris Influenza