Plak
hier een
postzegel

Stichting HISO

Postbus 4343

2003 EH HAARLEM

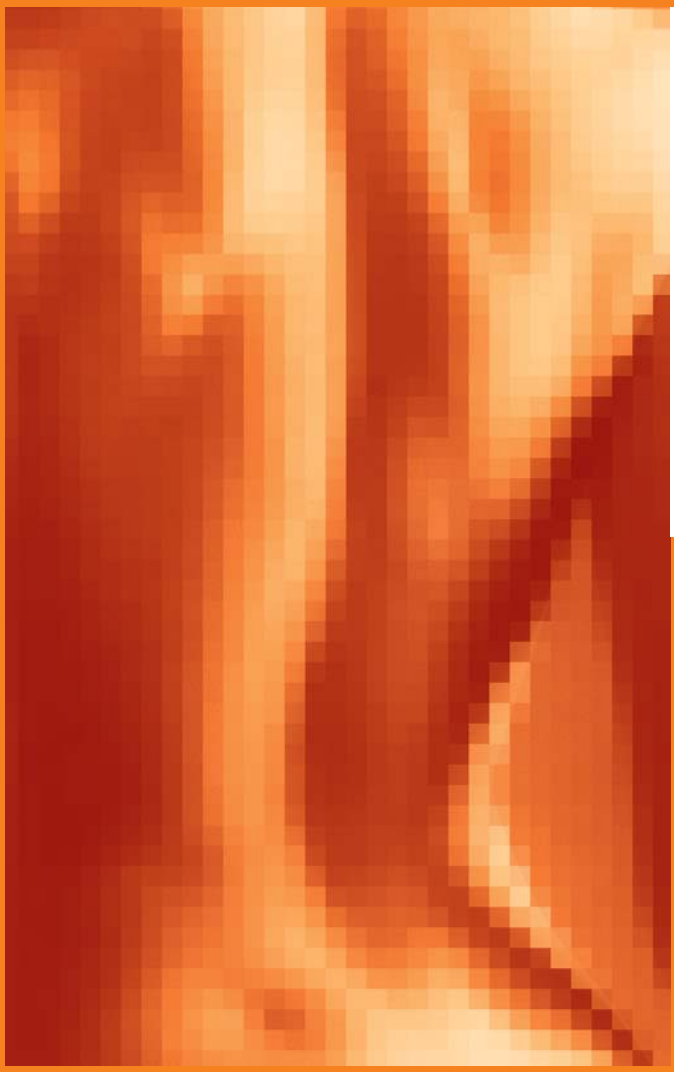
Opzet Herpes 18-04-2005 13:03 Pagina 2

SOAIDS

Dit is een publicatie van Soa Aids Nederland en is mede mogelijk gemaakt door GlaxoSmithKline. Deze folder is onderdeel van de brochure 'Soa, voorkomen-testen-behandelen'. Lees zowel de folder als de brochure zorgvuldig door als je goed op de hoogte wilt zijn. Voor meer informatie over soa en veilig vrijen kun je 24 uur per dag terecht bij de Aids Soa Infolijn (tel. 0900-2042040 of infolijn@soaaids.nl).
Je kunt ook onze website bezoeken: www.SoaAids.nl

gsk GlaxoSmithKline

Herpes genitalis



SOAIDS

www.SoaAids.nl

Herpes genitalis

Herpes genitalis is een soa (seksueel overdraagbare aandoening) die wordt veroorzaakt door een virus. Dat is in de meeste gevallen het herpes-simplex-type-2-virus (HSV-2). Het virus veroorzaakt een infectie van de huid en de slijmvliezen in en rond de geslachtsdelen.

Behalve herpes genitalis zijn er nog andere vormen van herpes, die ook infecties van huid en slijmvliezen veroorzaken, maar op andere delen van het lichaam. De meest voorkomende herpesinfectie is herpes labialis, de bekende koortslip. Herpes labialis wordt meestal veroorzaakt door het herpes-simplex-type-1-virus (HSV-1). Vaak vindt besmetting met dit virus al in de kinderjaren plaats. De infectie verloopt vaak zonder veel klachten en gaat ongemerkt voorbij. Bij verminderde weerstand kan er een koortslip ontstaan. In een enkel geval kan HSV-1 ook herpes genitalis veroorzaken. Vaak gebeurt dat via orale seks, waarbij met de mond de geslachtsdelen worden aangeraakt (pijpen of beffen). Andere herpesinfecties zijn gordelroos (herpes zoster) en de ziekte van Pfeiffer.

Deze folder gaat alleen over herpes genitalis, een herpesinfectie van de geslachtsdelen (genitaliën).

Inhoud

De overdracht 4

Verschijnselen 4

Terugkerende aanvallen 6

Complicaties 6

Zwangerschap 7

Naar de arts 7

Het onderzoek 7

De behandeling 8

Informeren van partner(s) 9

Voorkomen van besmetting 11

Leren leven met herpes 12

Suggesties en tips 13

Meer informatie en vertrouwelijk advies? 14

Onderzoek en behandeling 15

De overdracht
Besmetting met herpes genitalis kan alleen door intiem seksueel contact tussen personen, van wie de één herpes heeft en de ander niet. Daarom is herpes genitalis een soa. Je kunt geen herpes genitalis krijgen als je alleen maar 'in de buurt' bent van iemand die herpes heeft.
Je móet met de uitslag op de huid of het slijmvlies van mond, penis, vagina of anus in aanraking komen om besmet te worden. Het besmettingsgevaar is het grootst rond het moment dat iemand blaasjes of zweertjes heeft.

Verschijnselen
Als je een herpesinfectie hebt opgelopen, kun je binnen ongeveer een week de eerste klachten krijgen. Vaak is er sprake van jeuk en een geïrriteerd, branderig en/of pijnlijk gevoel. Er ontstaan rode plekjes op de huid of slijmvliezen. Na één tot anderhalve dag worden dan blaasjes of zweertjes zichtbaar. Meestal op of rondom de penis, de schaamlippen, de ingang van de vagina of rond de anus. Soms komen deze verschijnselen ook binnen in de vagina, op de baarmoedermond of in de anus voor. De blaasjes en wondjes zijn dan niet goed te zien. De ernst van de klachten is per persoon verschillend. De eerste aanvallen kunnen gepaard gaan met pijn, koorts, opgezette klieren in de liezen en soms afscheiding uit de vagina. Vooral vrouwen hebben dan vaak pijn bij het plassen. Na anaal contact (kontneuken) met iemand die herpes heeft, kan een ontsteking van de endeldarm ontstaan. Dit gaat soms samen met bloed- of slijmverlies en pijn bij de ontlasting. De blaasjes en zweertjes drogen na ongeveer drie weken weer in en genezen meestal zonder littekens. Het is mogelijk de herpesinfectie via de eigen vingers over te brengen naar een ander deel van het

lichaam zoals de ogen. Ook kun je op deze manier een herpesinfectie aan één of meer vingers krijgen. Daarom wordt aangeraden, het ontstoken gedeelte met blaasjes en zweertjes zo min mogelijk aan te raken en de handen na eventueel contact altijd goed te wassen.

Terugkerende aanvallen
Als de klachten van de eerste infectie verdwenen zijn, lijkt het of het herpesvirus uit het lichaam is verdwenen. Dat is helaas niet zo. Het virus heeft zich namelijk uit de huid teruggetrokken in een zenuwknoop. Daar blijft het in sluimerende toestand aanwezig. Het virus kan zich echter opnieuw vermenigvuldigen en weer blaasjes op huid of slijmvliezen veroorzaken. Denk maar aan een koortslip die ook regelmatig kan terugkeren. Hoe vaak een aanval terugkomt, is niet te zeggen. De ene persoon heeft bijna iedere maand een aanval van herpes genitalis, anderen zelden of nooit meer. Dat is dus voor iedereen anders.

Terugkerende aanvallen verlopen in het algemeen minder ernstig dan de eerste aanval. Het is onbekend waarom de aanvallen bij de ene persoon vaak terugkomen en bij de ander maar af en toe of zelfs nooit. Wel is bekend dat een goede algemene conditie belangrijk is. Aanvallen treden voornamelijk op in situaties waarin het afweersysteem minder goed werkt. Bijvoorbeeld vlak voor de menstruatie of tijdens een griepaanval. Maar ook stress geeft een verhoogde kans op aanvallen.

Complicaties
Als het afweersysteem erg verzwakt is, kan een herpes genitalis-infectie veel ernstiger verlopen en langduriger zijn. Dit is bijvoorbeeld het geval als je een hiv-infectie hebt of als je geneesmiddelen

gebruikt tegen afstotingsverschijnselen. Bijvoorbeeld na een orgaantransplantatie.

Zwangerschap
Als je herpes genitalis hebt gehad, kun je gewoon zwanger worden. Het is wel erg belangrijk dat je het aan de controlerende huisarts, verloskundige of gynaecoloog vertelt. Het risico op besmetting van je kind tijdens de bevalling is héél erg klein. Je kunt dus gewoon vaginaal bevallen. Soms wordt voor alle zekerheid na de bevalling bij het kind nader onderzoek gedaan naar aanwezigheid van het herpesvirus. Alleen als je in de laatste maand van de zwangerschap voor het eerst een herpesinfectie oploopt is er risico voor het kind en wordt een keizersnede overwogen.

Naar de arts
Als je vermoedt dat je herpes genitalis hebt, is het belangrijk zo snel mogelijk naar een arts te gaan. Deze kan vaststellen of je inderdaad een herpesinfectie hebt. Vanwege het besmettingsgevaar is het voor jou en je partner(s) van belang om te weten of het om een soa gaat. Bovendien kan de arts, als je je tijdig laat onderzoeken, een middel voorschrijven dat de duur van de aanval kan bekorten en de ernst kan verminderen.

Het onderzoek
Voorafgaand aan het onderzoek zal de arts een aantal vragen stellen over lichamelijke klachten en andere verschijnselen, (on)veilig seksueel contact en mogelijke besmetting van of door je partner(s).

Tijdens het lichamelijk onderzoek worden ook de geslachtsdelen bekeken. Bij vrouwen wordt gebruik gemaakt van een speculum (eendebek) bij inwendig onderzoek van de vagina. Bij bepaalde

klachten zal de arts ook via de anus in de endeldarm kijken. Hierbij wordt een proctoscoop (kijkbuis) gebruikt. Inwendig onderzoek is niet prettig, maar kan noodzakelijk zijn. Om een zekere diagnose te stellen wordt meestal vocht uit de blaasjes of zweertjes afgenomen en voor onderzoek naar het laboratorium gestuurd. Soms wordt voor alle zekerheid ook onderzocht of je een andere soa hebt.

De behandeling

Er bestaat geen geneesmiddel dat het herpesvirus helemaal uit het lichaam laat verdwijnen. Daarom kan het virus steeds weer de kop op steken. Een goede lichamelijke en geestelijke conditie draagt bij aan vermindering van het aantal aanvallen. Pijnstillende middelen zijn zelden nodig. Het gebruik van gewone crèmes heeft meestal niet al te veel effect.

Er zijn wel middelen beschikbaar die effect hebben op de duur van de aanvallen, zoals valaciclovir (Zelitrex™), aciclovir (Zovirax™) en famciclovir (Famvir™). Deze stoffen remmen de vermenigvuldiging van het virus in het lichaam en voorkomen daardoor verdere uitbreiding van de aanval. De ernst van de klachten vermindert en de duur van de aanval wordt verkort. Het is wel belangrijk dat je zo snel mogelijk na het begin van de aanval begint met de behandeling. De middelen zijn op doktersrecept verkrijgbaar. De dosering is afhankelijk van de klachten en van het aantal aanvallen per jaar.

Er is een aantal mogelijkheden:

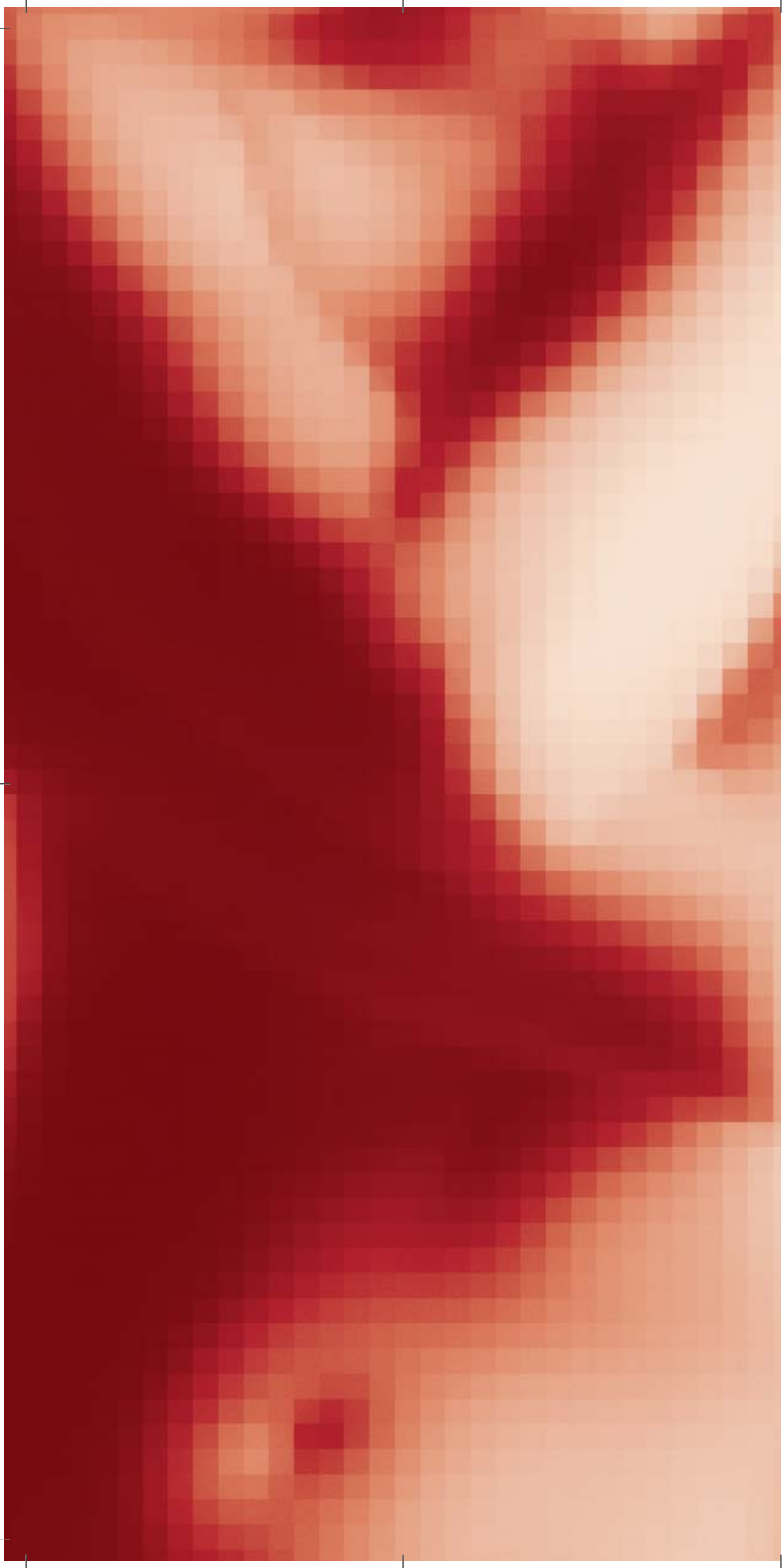
- Behandeling van acute aanvallen. Gedurende vijf dagen meer keren per dag een tablet. Met name de eerste aanval kan heftig verlopen.

- Bij vaak terugkerende en/of ernstige aanvallen kan je gedurende een lange periode dagelijks tabletten slikken (onderhoudsdosering). Momenteel zijn alleen valaciclovir (Zelitrex™), 1 keer per dag een tablet, en aciclovir (Zovirax™), 2 keer per dag een tablet, geregistreerd voor dit type behandeling. Valaciclovir (Zelitrex™) en penciclovir intraveneus (Famvir™ i.v.) zijn ook geregistreerd bij de behandeling van herpes genitalis bij hiv-geïnfecteerde patiënten.
- Het kan handig zijn altijd (een recept voor) een kuur voor enkele dagen bij de hand te hebben en met het innemen van de tabletten te beginnen bij de eerste verschijnselen van een aanval.

Voor een goede behandeling is het belangrijk dat de arts weet hoe vaak je een aanval van herpes genitalis hebt en hoe ernstig de aanvallen zijn. Als het afweersysteem is verzwakt, zoals bijvoorbeeld bij een hiv-infectie, is de bovenstaande behandeling niet altijd toereikend. Soms moet dan langer worden behandeld of krijg je een hogere dosering. Als je openhartig spreekt over je problemen als gevolg van herpes, is de arts beter in staat om goede informatie te geven.

Informeren van partner(s)

Bij een vaste partner is het zeker aan te raden de herpesinfectie te bespreken. Het kan zijn dat de partner al eerder geïnfecteerd is in de huidige of een eerdere sexuele relatie zonder daar klachten van te hebben gehad. Bij losse of wisselende partners wordt informeren of waarschuwen niet als strikt noodzakelijk gezien. Als je weet van wie je mogelijk de herpesinfectie hebt gekregen, is het goed om hem of haar te informeren. Dit kan namelijk helpen bij het beperken van de verdere verspreiding van het virus.



Voorkomen van besmetting

- Als jij of je partner een aanval van herpes doormaakt (dat wil zeggen: klachten en verschijnselen hebt/heeft), is het beter om geen geslachtsgemeenschap te hebben. Als je toch geslachtsgemeenschap hebt, gebruik dan een (vrouwen)condoom.
- Het is beter geen orale seks (pijpen of beffen) te hebben als jij of je partner een koortslip hebt/heeft of als er op de penis of schaamlippen, of rond de anus verschijnselen van herpes genitalis zijn.
- Vermijd zoveel mogelijk om de blaasjes aan te raken. Door de geslachtsdelen van een partner die een aanval van herpes genitalis heeft aan te raken, kan besmetting plaatsvinden als je daarna met de handen aan de eigen geslachtsdelen komt.

Er is geen volledige bescherming tegen besmetting met herpes genitalis. Ook niet als je weet dat je partner geïnfecteerd is met het virus en je voorzorgsmaatregelen treft. Je kunt bijvoorbeeld een herpesinfectie hebben zonder dat je zelf klachten hebt. Er zijn dan geen blaasjes of rode plekjes, maar je kan wel besmettelijk zijn voor anderen. Je kunt het virus ook ongemerkt overdragen omdat de blaasjes op plaatsen zitten waar je ze niet (goed) kunt zien, bijvoorbeeld op de baarmoedermond of in de anus. Omdat een condoom de geslachtsdelen nooit helemaal bedekt, is besmetting ook mogelijk als de blaasjes buiten de condoomrand zitten.
Door zorgvuldig te handelen en beschermd te vrijen, kun je de kans op een herpesinfectie wel sterk verminderen.

Leren leven met herpes

Herpes genitalis is een soa, die vaak schuldgevoelens oproept. Ook gevoelens van spijt, woede en schaamte kunnen naar boven komen. Deze gevoelens worden vaak nog versterkt door het feit dat de aanvallen terug kunnen komen en het herpesvirus niet uit je lichaam verdwijnt. Meestal treedt op den duur berusting op en leer je er rekening mee te houden dat de aanvallen terug kunnen keren. Soms vermindert of verdwijnt door de jaren heen het aantal aanvallen. Naast het lichamelijk ongemak kan een herpesinfectie ook problemen in je relatie veroorzaken. Je kunt besmet zijn geraakt binnen de huidige of voorgaande sexuele relaties. In beide gevallen kan dit leiden tot spanningen tussen jou en je partner. Begrip voor de (emotionele) reactie van de ander is belangrijk en erover praten op een eerlijke en open manier is nog altijd het beste. Ook al is dat pijnlijk voor jezelf of de ander.

Het is van belang dat jij en je partner(s) weten dat alleen de eerste aanval van herpes genitalis wordt veroorzaakt door seksueel contact. Elke volgende aanval komt tot stand vanuit het lichaam zelf, omdat het virus weer de kop opsteekt. Weliswaar zijn die volgende aanvallen meestal minder hevig, herpes genitalis blijft een vervelende aandoening, die niet volledig te genezen is. Je moet ermee leren leven. Mensen met herpes genitalis vinden het soms lastig een nieuwe relatie te beginnen. Ook dit kun je met je arts of de sociaal verpleegkundige bij de GGD bespreken. Zij kunnen wellicht helpen de barrières te overwinnen en je leren omgaan met het risico van besmetting. Ook kun je contact opnemen met het HISO, de patiëntenvereniging voor mensen met herpes.

Suggesties en tips

- Als je denkt dat je herpes genitalis hebt, ga dan onmiddellijk naar de huisarts.

- Probeer de arts zo open en volledig mogelijk over je situatie te informeren.

- Het is voor de arts belangrijk te weten hoe vaak je aanvallen hebt en hoe je de aanvallen ervaart. Ook eventuele problemen met de partner als gevolg van herpes kun je met de arts bespreken.

- Probeer de persoon in te lichten door wie je vermoedelijk besmet bent. Hij of zij kan, na advies van een arts, (extra) maatregelen nemen om verdere verspreiding van het virus te beperken.

- Gedurende een aanval is geslachtsgemeenschap af te raden. Heb je wel geslachtsgemeenschap, gebruik dan in ieder geval een (vrouwen)condoom; dat biedt nog enige bescherming.

- Vermijd orale seks (pijpen of beffen) als er verschijnselen zijn van een koortslip of herpes genitalis.

- Omdat het herpesvirus ook kan worden overgedragen door zoenen, is het beter om niet te zoenen als één van beide partners verschijnselen van een koortslip heeft. Pas vooral op bij het knuffelen van baby's.

- Ook het aanraken van de geslachtsdelen van een partner met klachten en verschijnselen van herpes genitalis geeft risico op besmetting.

- Ben je zwanger en heb je herpes genitalis (of heb je dit ooit gehad), vertel dit dan aan de verloskundige, huisarts en/of gynaecoloog.

- Draag tijdens een aanval gemakkelijke kleding die zo min mogelijk irritatie veroorzaakt. Vermijd het dragen van strakke broeken.

- Besmette plaatsen alleen met water wassen en voorzichtig droogdeppen.

- Probeer stress-situaties te vermijden, omdat stress aanvallen stimuleert.

Meer informatie en vertrouwelijk advies?

- Bij de huisarts.

- Bij de GGD, afdeling Infectieziektebestrijding. Er zijn in Nederland GGD-en waar je persoonlijk en anoniem informatie kunt krijgen over soa/hiv en veilig vrijen. Je kunt daarvoor terecht bij de sociaal verpleegkundige soa/hiv-bestrijding. Deze kan je eventueel ook (kosteloos) doorverwijzen voor nader onderzoek. Bij de meeste GGD-en kun je ook terecht voor een (anonieme) hiv-test. Kijk voor het telefoonnummer onder de 'G' van gemeentelijke gezondheidsdienst in het telefoonboek van de dichtstbijzijnde grote stad.

- De Aids Soa Infolijn: 0900 204 2040 (€ 0,10 per minuut), 24 uur per dag bereikbaar, voor al je vragen over soa en veilig vrijen.

- Internet: www.soa.nl, www.cafeherpe.com, www.herpesweb.net, www.ihmf.org, www.hiso.nl

- De Rutgers Nisso Groep, landelijk informatienummer 0900 93 98 (€ 0,50 per minuut).

Onderzoek en behandeling

- Bij de huisarts.
- Bij drempelvrije soa-poliklinieken (kosteloos en zonodig anoniem) in Amsterdam, Rotterdam, Den Haag of Utrecht.
- Bij laagdrempelige soa-poliklinieken in de overige grote steden (verwijsbrief huisarts nodig; voor kosteloos en anoniem onderzoek is een verwijzing via de sociaal verpleegkundige soa/hiv van de GGD nodig).
- Bij vrouwenartsen (gynaecoloog, verwijsbrief van de huisarts nodig).
- Bij sommige GGD-en (verwijzing via de sociaal verpleegkundige soa/hiv van de GGD noodzakelijk).

Herpes genitalis

De Stichting HISO, Herpes Informatie & Support Organisatie heeft als doelstelling:

1. Het bieden van informatie over herpes genitalis.
2. Lotgenoten contact.
3. Behulpzaam zijn bij het verstrekken van informatie aan (huis)artsen.

Middels deze antwoordkaart kunt u zich opgeven als lid of informatie aanvragen.

☐ Ik wil graag informatie over de Stichting HISO.

☐ Ik geef mij op als lid.

☐ Ik wil graag een functie binnen de Stichting HISO vervullen.

Naam: _____ m/v

Adres: _____

Postcode: _____ Woonplaats: _____

Geboortedatum: _____

Alle gegevens worden vertrouwelijk behandeld en worden niet gebruikt zonder uw toestemming.