

Zona

Weerstand opbouwen is de boodschap!

Zona is een virale infectie die gekenmerkt wordt door het vrij plots ontstaan van kleine groepjes blaasjes op de huid. De medische term voor zona is *herpes zoster*. Soms wordt zona ook gordelroos genoemd. Zona is over het algemeen geen ernstige, maar wel een hinderlijke en pijnlijke aandoening.

Hoe ontstaat het?

Zona wordt veroorzaakt door een reactivatie van het windpokken-virus of het *varicella zoster virus*. Vrijwel iedereen krijgt in zijn kinderjaren te maken met windpokken. Tijdens deze kinderziekte, die de hele huid aandoet, wordt het virus door het afweermechanisme van het lichaam opgeruimd. Een deel van het virus weet zich echter te 'verschuilen' in de zenuwcellen van het ruggenmerg. Daar blijft het virus gedurende het hele leven aanwezig zonder dat het problemen veroorzaakt. In bepaalde omstandigheden echter, vooral bij daling van de weerstand, kan een deel van het virus weer actief worden. Zij verspreiden zich dan langs de zenuwbanen naar de huid toe en geven daar de pijnlijke huidafwijking die wij zona noemen.

Hoe herken je de ziekte?

Zona begint vaak met pijn en tintelingen in het aangedane huidgebied. Dit is een huidgebied dat door één specifieke zenuwbaan vanuit het ruggenmerg wordt verzorgd. Een dergelijk huidgebied noemt men een 'dermatoom'. Klachten van zona treden dus altijd op in een duidelijk afgegrensd huidgebied en altijd is maar één kant van het

lichaam aangetast. Op de romp hebben dergelijke dermatomen vaak de vorm van een gordel of band. Vandaar ook de naam gordelroos.

Kort na de eerste klachten wordt de huid rood en ontstaan er binnen enkele uren tot dagen met helder vocht gevulde blaasjes. Deze blaasjes zijn meestal in kleine groepjes gelegen. Na 10 tot 14 dagen drogen de blaasjes uit en worden korstjes gevormd. Er kunnen kleine littekens achterblijven. Wanneer het gezicht of voorhoofd is aangetast is er vaak ook sprake van heftige hoofdpijn voordat de huidafwijkingen ontstaan. Soms is er ook koorts of een algemeen gevoel van ziek zijn.

**“HET VOCHT UIT DE
BLAASJES VAN ZONA IS
ENKEL BESMETTELIJK
VOOR MENSEN DIE NOOIT
DE WINDPOKKEN HEBBEN
GEHAD.”**

Hoe wordt de diagnose gesteld?

Meestal is het voor de arts niet moeilijk om zona te herkennen. Bij twijfel kan een kweek worden gedaan van een blaasje. Het duurt altijd wel enige dagen voordat de uitslag bekend is.



“MENSEN MET EEN VERLAAGDE WEERSTAND HEBBEN EEN VERHOOGDE KANS OM ZONA TE ONTWIKKELEN.”



© Shutterstock

Wie kan het krijgen?

Omdat vrijwel iedereen ooit de windpokken heeft gehad, kan in principe iedereen zona ontwikkelen. Ruim 20% van de bevolking krijgt ooit met zona te maken. Mensen van 60 jaar en ouder hebben de grootste kans om zona te krijgen. Bij kinderen komt het slechts zelden voor.

Mensen met een verlaagde weerstand hebben een verhoogde kans om zona te ontwikkelen. Patiënten met een zeer lage weerstand kunnen uitgebreide, zeer ernstige vormen van zona ontwikkelen. Deze zijn dan niet meer beperkt tot één dermatoom van de huid, maar kunnen zelfs de hele huid aantasten (zona generalisata).

Zona kan in principe verschillende malen bij dezelfde persoon optreden, maar dat komt zelden voor. Bij herhaalde aanvallen van zona is een onderzoek naar verminderde weerstand nodig.

Hoe ziet de behandeling eruit?

Voor de behandeling van een zona kan je best de huisarts of de dermatoloog raadplegen. Zona geneest in principe spontaan. Meestal volstaat pijnbestrijding en indrogende therapie voor de blaasjes. Soms is het nodig om infectie met bacteriën in



© Isabelle Parsyn

de beschadigde huid te voorkomen of te bestrijden.

Wanneer zeer snel na het begin van de aanval wordt gestart met antivirale geneesmiddelen kan de duur van de aanval en ook de duur van de pijn worden verminderd. Deze antivirale therapie kan in tabletvorm gegeven worden en in bijzonder ernstige gevallen via een infuus. Antivirale geneesmiddelen worden in de regel voorgeschreven bij een zona in het gelaat, bij oudere patiënten en bij patiënten met een sterk verlaagde weerstand.

Welke complicaties kunnen zich voordoen?

Zona in het gezicht gaat vaak gepaard met zeer ernstige (hoofd)pijn. Soms kunnen de gezichtsspieren tijdelijk uitvallen door de virusinfectie. Deze uitval herstelt bij de meerderheid van de patiënten volledig. Wanneer het oog zich in het aangetaste gebied bevindt, kunnen ook ontstekingsprocessen in het oog ontstaan die, wanneer zij niet worden behandeld, in sommige gevallen blijvend gezichtsverlies kunnen veroorzaken. Bij een zona in het ooggebied dient altijd een onderzoek door een oogarts

plaats te vinden.

Een van de grootste problemen bij zona is pijn. Deze pijn is soms bijzonder ernstig en kan maanden tot jaren nadat de blaasjes verdwenen zijn aanhouden. Deze 'postzonale pijn' komt vooral voor bij oudere patiënten en na zona in het gezicht.

Is zona besmettelijk?

Het vocht uit de blaasjes van een zona is enkel besmettelijk voor mensen die nooit de windpokken hebben gehad en dus nog niet besmet zijn met het varicella zoster virus.

In de praktijk zijn dit vooral kinderen. Als zij besmet raken door iemand met zona krijgen ze de windpokken. Voor pasgeborenen en baby's kan dit gevaarlijk zijn. Mensen met een actieve zona worden daarom aangeraden het contact met deze groepen te vermijden.



DOKTER ELKE RONSYN
DERMATOLOGE