



NIET ZO ONSCHULDIG MALARIA

Wie af en toe naar exotische bestemmingen reist, weet dat hij zich moet beschermen tegen de malariamug. Maar waarom is de steek van een kleine mug zo gevaarlijk?

TEKST: AN KESTENS

Volgens de Wereldgezondheidsorganisatie is het aantal sterfgevallen als gevolg van malaria sinds 2000 in de hele wereld drastisch gedaald. Toch worden er wereldwijd nog meer dan 200 miljoen mensen per jaar met de ziekte besmet. Ook in Afrika sterven er jaarlijks nog altijd meer dan 500 000 mensen aan de ziekte, de meeste daarvan zijn kinderen. Die cijfers maken van malaria een van de meest voorkomende gevaarlijke infectieziekten ter wereld. Toch is de ene malariavorm de andere niet.

PARASIET

“Malaria wordt veroorzaakt door een eencellige parasiet, plasmodium”, vertelt dr. Paul De Munter, adjunct-kliniekhoofd van de dienst algemene interne geneeskunde. “Zonder behandeling vermenigvuldigt die parasiet zich in de rode bloedcellen. De bloedcellen veranderen van vorm, raken met elkaar verkleefd en breken open, wat uiteindelijk tot orgaanfalen leidt.”

Er bestaan vijf types plasmodium. De drie meest bekende zijn falciparum, ovale en vivax. Falciparum is de gevaarlijkste vorm van malaria. Dat type malaria verloopt het snelst en is het meest dodelijk. Ovale en vivax zijn minder gevaarlijk. Ze kennen ook zelden een dodelijke afloop, maar ze kunnen wel jarenlang in je lever blijven slapen. Als toerist kom je het meest in contact met falciparum. In landen met een hoog malariarisico is dat namelijk de meest voorkomende parasiet.

De besmetting van malaria gebeurt via de anopheles: een kleine mug die tussen zonsondergang en zonsopgang actief is. Dus niet alleen bij valavond, maar ook 's nachts. Ze leeft vooral in warmere streken. Bij ons kan de anophelesmug niet

37%

sinds 2000 is er wereldwijd een daling van het aantal besmettingen met 37%

3,2

vandaag lopen nog altijd 3,2 miljard mensen risico op malaria

60%

sinds 2000 is het aantal overlijdens gedaald met 60%



overleven, omdat het hier te koud is. De opwarming van de aarde kan daar op een bepaald moment natuurlijk verandering in brengen. Malaria wordt trouwens alleen door vrouwtjesmuggen overgedragen. Zij hebben je bloed nodig om eitjes te kunnen leggen. De mannetjes steken niet. Als zo'n muggenvrouwtje iemand steekt die al besmet is en daarna een gezond iemand steekt, brengt ze de parasiet over.

GRIEP?

Bij falciparummalaria verschijnen de eerste ziektesymptomen binnen de zeven dagen tot drie maanden na de besmetting: je bent misselijk, hebt koorts, hoofdpijn, spierpijn en last van diarree. Bij de ovale- en vivaxvarianten kan het veel langer duren vooraleer de ziekte uitbreekt. Dokter De Munter: "Eigenlijk zijn het symptomen die in eerste instantie aan griep doen denken. Daarom denken mensen vaak niet onmiddellijk aan malaria. Zeker als je pas maanden na je thuiskomst ziek wordt."

Behandel je malaria van het type falciparum niet snel genoeg met de juiste medicijnen, dan is de afloop vaak fataal. Bij malaria van het type vivax en ovale is de kans op overlijden eerder klein. Wel is er bij dat type malaria ook altijd een vorm van de parasiet die de lever binnendringt. Wordt die tijdens de behandeling niet aangepakt, dan kun je hervallen. "Daarom zijn ovale en vivax zo verraderlijk. Tijdens de behandeling ervan vergeet men soms de parasiet in de lever te doden. Maar het gebeurt ook dat ovale of vivax alleen in de lever aanwezig is. Dan wordt de parasiet gewoon niet ontdekt. Dat je als malariapatiënt op elk moment kunt hervallen, is dus deels een fabeltje. Dat kan alleen als bij ovale en vivax de parasiet in de lever niet behandeld werd. Als die parasiet dood is, ben je volledig genezen."

*"Malariasymptomen
lijken in eerste instantie
op griepsymptomen"*

dr. Paul De Munter



OP REIS NAAR MALARIAGEBIED?

Om jezelf tegen malaria te beschermen, zorg je vooral dat je in malariagebied niet door de Anophelesmug gestoken wordt en dat je bij een hoog risico op de ziekte preventief medicatie neemt. Terug thuis blijf je alert en denk je bij koorts aan een mogelijke malariabesmetting. Hou rekening met deze eenvoudige adviezen:

- ✓ Zorg dat de malariamug je tijdens je slaap niet kan steken:
 - slaap onder een geïmpregneerd muskietennet. De mug kan je niet bereiken en sterft als ze met het net in aanraking komt.
 - of slaap in een afgesloten ruimte met airconditioning: muggen houden niet van koelte.
- ✓ Bedek 's avonds zoveel mogelijk je lichaam. Een lange broek, een T-shirt met lange mouwen, sokken ... Tip: op witte kleding zie je muggen sneller.
- ✓ Smeer jezelf in met een muggenwerend middel dat DEET bevat.
- ✓ Slik, indien nodig, malariapillen. Een muggenbeet voorkom je op die manier niet, maar de medicatie doodt de parasiet die je lichaam binnendringt.
- ✓ Weet dat geen enkel preventief medicijn tegen malaria 100% garantie biedt. In sommige regio's wordt de ziekte namelijk resistent, waardoor de medicatie op een bepaald moment aangepast moet worden.
- ✓ Krijg je (vooral de eerste drie maanden) na je reis koorts, denk dan ook aan malaria als mogelijke oorzaak.