

Virale meningitis



**Nederlandse
Meningitis
Stichting**

2005

Voor nadere informatie
NMS, Postbus 265, 3760 AG SOEST
Tel.: 035-5880072 (dag en nacht bereikbaar)
Fax: 035-5336415; E-mail: info@meningitis-stichting.nl
Web: www.meningitis-stichting.nl
KvK Eemland 4190597
ABN-AMRO 60.57.05.100 of Postbank 754.27.27.

Inhoudsopgave

Inleiding	2
Wat is virale meningitis	2
Verwekkers	3
Besmettelijkheid	3
Vóórkomen	3
Encefalitis	4
Symptomen	4
Ziekteverloop	4
Herstel	5
Gevolgen	6
Psycho sociale gevolgen	7
Nazorgmogelijkheden	8

Inleiding

Virale meningitis, een ziekte die in de meeste gevallen goed afloopt. Soms merken mensen niet eens dat ze het hebben gehad, ze denken dat ze een zware griep hebben gehad.

De afgelopen 9 jaar is er bij de Nederlandse Meningitis Stichting veel informatie gevraagd over virale meningitis en over de mogelijke gevolgen ervan. Achter die vragen zaten vaak verhalen. Verhalen die aangaven dat virale meningitis niet zo onschuldig hoeft te zijn als veel artsen ons willen doen geloven. Er bleken nogal wat mensen te zijn die wel degelijk gevolgen ondervonden van deze ziekte. Gevolgen die er volgens artsen eigenlijk niet zouden zijn maar die toch de patiënt in zijn functioneren belemmeren.

In deze brochure wordt nader ingegaan op virale meningitis en de gevolgen. De inhoud is gestoeld op medische kennis en op ervaringen die bekend zijn bij de NMS.

Wat is virale meningitis

Om deze vraag te kunnen beantwoorden wordt eerst uitgelegd wat meningitis precies betekent:

Meningitis is een ontsteking van de hersenvliezen, de vliezen die de hersenen en het ruggenmerg omvatten. Hierdoor krijgt een patiënt specifieke klachten zoals hoofdpijn, koorts, sufheid en nekstijfheid. Meningitis kan worden veroorzaakt door verschillende verwekkers: bacteriën, virussen en, in zeldzame gevallen: schimmels.

Virale meningitis betekent meningitis veroorzaakt door virussen. Er zijn veel

verschillende virussen die meningitis kunnen veroorzaken. Ze kunnen worden overgebracht door insecten (in Nederland gebeurt dat niet), door besmet eten of water, door druppeltjes uit de neus-keelholte of door slechte hygiëne.

Bacteriën kunnen zichzelf in leven houden en zich vermenigvuldigen. Zij hebben een eigen kern waardoor zij niet afhankelijk zijn van een gastheercel. Zij kunnen dus lang overleven en daardoor een ernstige infectie veroorzaken.

In tegenstelling tot bacteriën, hebben virussen geen eigen kern. Om zich te kunnen vermenigvuldigen en om in leven te blijven, hebben virussen de hulp van een gastheercel nodig.

In het hersenvocht zijn nauwelijks gastheercellen te vinden. De virussen overleven dan ook niet lang, zij gaan dood. De infectie door een virus verloopt in de meeste gevallen dan ook minder ernstig dan die door een bacterie.

Verwekkers

Er zijn veel verschillende virussen die meningitis kunnen veroorzaken. De meest bekende is het herpesvirus. Andere verwekkers zijn het ECHO virus, bof virus, mazelen virus (veroorzaakt vaker encefalitis = hersenontsteking dan virale meningitis).

Vaak weet men na onderzoek wel dat een meningitis door een virus veroorzaakt wordt, maar wordt de boosdoener niet gevonden.

Besmettelijkheid

Virale meningitis is niet besmettelijk. Wel zijn de virussen die het kunnen veroorzaken besmettelijk. Vaak gaat het om verwekkers waar men eenvoudig mee in aanraking komt, maar waar de meerderheid van de mensen geen klachten van krijgt. Waarom een aantal mensen wel ziek wordt, is niet bekend.

Vóórkomen

Het is niet bekend hoeveel mensen jaarlijks virale meningitis oplopen. Omdat de ziekte, in tegenstelling tot bacteriële meningitis, niet aangifteplichtig is, wordt er geen registratie van bijgehouden. Men vermoedt dat het aantal gevallen van virale meningitis minimaal net zo veel is als het aantal gevallen van bacteriële meningitis: rond de 1200 per jaar.

Niet alle patiënten met virale meningitis komen in het ziekenhuis. Soms hebben patiënten zelf niet in de gaten dat er sprake is van virale meningitis. Men denkt een (zware) griep te pakken te hebben en herstelt zonder medische hulp.

Encefalitis

In sommige gevallen gaat virale meningitis gepaard met encefalitis. Encefalitis betekent een ontsteking van de hersenen. Dit gebeurt met name wanneer het ziekteverwekkende virus een herpes virus is. Over het ziektebeeld encefalitis en de mogelijke gevolgen heeft de NMS aparte brochures uitgebracht.

Symptomen

De verschijnselen van virale meningitis komen erg overeen met die van de bacteriële vorm. Bekende symptomen zijn:

- * hoofdpijn;
- * koorts;
- * nekstijfheid;
- * sufheid;
- * niet tegen licht kunnen;
- * spierpijn;
- * gedragsveranderingen.

Ook het snelle verloop, binnen 24-48 uur is de patiënt ernstig ziek, is kenmerkend voor dit ziektebeeld.

In eerste instantie komen de symptomen overeen met die van een griep. Na verloop van tijd worden ze, echter, zo heftig, dat ze niet meer kloppen met het griepbeeld. In ernstige gevallen kan de patiënt comateus worden.

Ziekteverloop

Meningitis, viraal of bacterieel, is een snel verlopende infectieziekte. Wat begint met griepachtige symptomen, verandert al snel in een ernstig ziektebeeld met symptomen als hierboven beschreven.

Volwassenen beschrijven de hoofdpijn als ondraaglijk en zwaarder dan een migraine aanval. Patiënten willen het liefst op een zo rustig mogelijke en donkere plek zijn. Alle geluiden zijn teveel.

De patiënt wordt snel zieker en in de meeste gevallen zal hij/zij steeds suffer en verwarder worden. Vaak weten patiënten achteraf niet meer wat er precies gebeurd is en wat ze allemaal gezegd hebben.

Wanneer de patiënt en/of zijn omgeving in de gaten heeft dat er iets ernstigs aan de hand is, wordt in de meeste gevallen de huisarts gewaarschuwd. Voor een huisarts kan het moeilijk zijn een diagnose te stellen. De symptomen lijken immers op die van een griep. Het is dan ook zaak duidelijk uit te leggen wat er aan de hand is, het is meer dan een griep. Ook is het erg belangrijk om het

gevoel van onrust dat dit ziektebeeld met zich meebrengt over te brengen aan de huisarts. Het is zaak dat de huisarts de patiënt ziet en niet telefonisch een diagnose stelt.

Wanneer de patiënt gezien wordt door de huisarts, wordt hij meestal snel doorverwezen naar een ziekenhuis.

In het ziekenhuis wordt een diagnose gesteld. Dit gebeurt via een ruggenprik. Onder uit de rug wordt hersenvocht (liquor) afgenomen. Dit wordt vervolgens in het laboratorium onderzocht wordt. Er wordt o.a. gekeken naar ontstekingscellen, eiwitgehalte en suikergehalte.

De patiënt krijgt meestal al voor de uitslag bekend is antibiotica. Antibiotica worden toegediend omdat het belangrijk is de behandeling zo snel mogelijk te starten, indien het om bacteriële meningitis gaat.

Antibiotica werken niet tegen virale meningitis (wel tegen bacteriële). Blijkt uit de test dat het om virale meningitis gaat, dan wordt de toediening van antibiotica direct gestopt.

Virale meningitis is meestal niet te behandelen met medicijnen. Een uitzondering is meningitis veroorzaakt door het herpesvirus. Deze vorm wordt behandeld met acyclovir (zovirax) dat via een infuus wordt toegediend.

De patiënt krijgt vaak wel pijnbestrijdingsmiddelen om bijvoorbeeld de hoofdpijn tegen te gaan.

Sommige patiënten raken in coma. Dit kan een aantal dagen zijn maar ook langer. De tijdsduur verschilt sterk per patiënt.

Wanneer een patiënt weer “bij” komt, kan het zijn dat hij/zij erg verward is, onsamenhangend praat en zijn omgeving niet herkent. Meestal gaat dit na een aantal dagen weer beter.

Hoe lang het duurt voor een patiënt het ziekenhuis kan verlaten is ook per patiënt verschillend. Sommigen zijn in enkele dagen weer zover hersteld dat ze naar huis kunnen. Voor anderen kan dit weken duren. In uitzonderlijke gevallen kan het ook om maanden gaan.

Herstel

Is een patiënt genoeg hersteld om naar huis te gaan, dan betekent dit niet altijd dat alles voorbij is. Zoals veel (ex-) patiënten zeggen: “toen begon het pas!” Eenmaal thuis blijken patiënten erg verzwakt te zijn.

De eerste tijd na de acute ziekteperiode zijn hoofdpijn, vergeetachtigheid, concentratieproblemen en extreme vermoeidheid veelgehoorde klachten.

Gevolgen van virale meningitis

Korte termijn

Hieronder wordt een opsomming gegeven van klachten die regelmatig gehoord worden na virale meningitis:

- * (extreme) vermoeidheid
- * verschillende soorten hoofdpijn (o.a. band om het hoofd of een bepaalde plek die pijn doet)
- * tintelend gevoel in de huid
- * littekenpijn in het hoofd/hersenen
- * duizeligheid
- * evenwichtstoornissen
- * verminderd gehoor
- * oorsuizen
- * gevoelig voor licht en/of geluid
- * concentratieproblemen
- * spraakstoornissen
- * geheugenproblemen
- * geen stress/drukke meer aankunnen
- * gedrags-/gemoedsveranderingen
- * gewrichtspijn
- * spierpijn.

Bij bovenstaande klachten dient opgemerkt te worden dat niet alle klachten zonder meer aan de doorgemaakte meningitis toegeschreven mogen worden; ook andere factoren kunnen een rol spelen, bijvoorbeeld leeftijd of andere aanwezige ziekten.

Soms is er ook sprake geweest van encefalitis, naast de meningitis. Een aantal van de hierboven genoemde verschijnselen zou daar bij kunnen passen. Is er inderdaad sprake van encefalitis geweest, dan kan dat ook eventuele klachten op langere termijn verklaren.

Het is de NMS opgevallen dat patiënten niet altijd weten dat zij, naast virale meningitis, ook encefalitis hebben gehad. Pas bij navraag bij de behandelend arts bleek dat er ook sprake was geweest van encefalitis.

Lange termijn

Bij een aantal personen zijn de klachten constant aanwezig. Bij anderen worden ze in de loop van de dag of in stressvolle situaties erger. Sommigen hebben zo nu en dan klachten.

Met de tijd worden klachten na een virale meningitis bij de meeste mensen

minder en zullen ze geleidelijk aan verdwijnen.

De meeste mensen zullen na enkele maanden klachtenvrij zijn. Voor anderen kan dit langer duren, maanden tot jaren. En enkelen zullen altijd klachten blijven houden.

Hoewel men niet altijd vindt op het niveau van voor de meningitis terug te zijn, ziet men in de meeste gevallen wel een stijgende lijn wanneer met over een periode van bijvoorbeeld een jaar terugkijkt.

De NMS heeft regelmatig contact met medisch specialisten. Zij hebben (nog) geen goede verklaring voor het feit dat sommige mensen langdurige klachten houden na virale meningitis terwijl de overgrote meerderheid restloos geneest. Tenzij er naast de virale meningitis tevens sprake is geweest van encefalitis, hetgeen een deel van de klachten kan verklaren. Er is wel eens gesuggereerd dat er bepaalde virussen zijn, die ernstiger restschade veroorzaken dan andere. Omdat vaak niet achterhaald kan worden welk virus precies de boosdoener is geweest, is het moeilijk deze theorie te onderbouwen.

Psychosociale gevolgen

Voor een aantal mensen gaat het herstel langzaam. Het kan als frustrerend ervaren worden te moeten accepteren dat men nog niet alles kan wat men voorheen kon.

Mensen met een baan kunnen tegen onbegrip aanlopen van bijvoorbeeld de bedrijfsarts. Twee ochtenden per week werken i.p.v. een volledige werkweek kan na een ziekteperiode van een paar maanden misschien nog wel te belastend zijn. Niet altijd wordt begrepen dat patiënten ook na een aantal maanden nog niet volledig aan het werk kunnen, maar een langere periode nodig hebben om op het oude, volledige, niveau terug te komen.

Kinderen kunnen op school moeite krijgen met de leerstof en de concentratie. Soms worden zij hierop aangekeken door klasgenootjes. Het is belangrijk dat zowel de school als de ouder alert zijn op afwijkende gedragingen en actie ondernemen door bijvoorbeeld extra hulp op school. Soms kan een kinderpsycholoog ook een uitkomst zijn om het kind te helpen bij het leren omgaan met zijn eigen gedragingen en eventuele beperkingen.

De omgeving begrijpt niet altijd dat virale meningitis voor sommigen ingrijpende gevolgen heeft. Zij zien de patiënt meestal niet tijdens slechte perioden. Men realiseert zich niet altijd dat een ontmoeting of een verjaardag soms te hoog gegrepen is omdat men te vermoed is.

Het komt dan ook wel voor dat mensen hun sociale contacten zien afnemen. Het gaat toch wel weer goed, er is immers niets aan hem/haar te zien? Dit kan moeilijk uit te leggen zijn. Leg uw omgeving uit met welke gevolgen u te kampen heeft en laat hen eventueel informatie lezen, zodat zij begrijpen wat er aan de hand is en meer begrip kunnen krijgen voor uw situatie.

Nazorg

Een afdoende oplossing voor problemen na virale meningitis is er helaas niet. Door ervaringen van andere patiënten en gesprekken met adviseurs kan de NMS wel enige adviezen geven.

Erg belangrijk is: gedoseerde rust. Vermijdt vooral de eerste tijd stressvolle situaties. Accepteer de situatie en overneem uzelf niet, verleg uw grenzen met kleine stukjes. Dit is gemakkelijk gezegd. Het blijft moeilijk te accepteren dat men niet of minder kan doen dan voor men ziek werd. Acceptatie/berusting kan echter rust geven en daarmee een stap op de goede weg richting herstel zijn.

Overleg met de behandelend arts over medicatie voor vervelende klachten als hoofdpijn. Symptoombestrijding kan een goede oplossing zijn en dit kan soms met eenvoudige middelen, zoals bijvoorbeeld paracetamol, bereikt worden.

In geval van hoofdpijklachten kan ook contact opgenomen worden met de vereniging voor hoofdpijnpatiënten. Aldaar zijn behandelingsmogelijkheden/medisch specialisten bekend bijvoorbeeld op het gebied van chronische hoofdpijn. Of vraag uw arts naar een hoofdpijnspecialist.

Heeft u vragen over het gehoor, overleg deze dan met uw behandelend arts en vraag, indien nodig, een verwijzing naar een KNO-arts. Soms kan kennis “uit de praktijk” hulp en/of steun bieden via bijvoorbeeld de vereniging voor doven en slechthorenden.

Sommige klachten kunnen direct het gevolg zijn van meningitis (gehoorstoornis, concentratieproblemen, gedragsverandering, gewrichtsklachten, hoofdpijn e.d.). Vaak is het een opluchting te weten wat de oorzaak van de klachten is. Maar dat lost het probleem niet op. Daarvoor kan een specialist of een deskundige nodig zijn. Bijvoorbeeld een neuroloog, KNO-arts, reumatoloog, maatschappelijk werker of psycholoog.

Heeft u vragen over uw behandeling of over het feit dat u juist geen behandeling heeft gekregen en “gezond verklaard” bent, terwijl u nog klachten heeft, overleg dan met uw (behandelend) arts over vervolgmogelijkheden. Ook kunt u met uw vragen bij de NMS terecht, telefonisch of via e-mail.