

Adviezen tijdens de zwangerschap

1. Eet tijdens de zwangerschap geen rauw of halfrauw vlees. Verhit al het vlees door en door! Goed gebraden of gestoofd vlees vormt geen enkel risico; rood en rosé vlees wel! Denk ook aan rauwe vleesproducten als filet americain, ossenworst, theeworst, rosbief, rauwe ham, cervelaat, salami en chorizo.
2. Was alle groenten en fruit goed.
3. Draag handschoenen bij het werken in de tuin.
4. Laat de kattenbak voor de zekerheid dagelijks door iemand anders schoonmaken.



ESCCAP is een non-profit organisatie gevormd uit een groep dierenarts-parasitologen uit Europa. Deze houdt zich bezig met het verstrekken van eenduidige en nuttige informatie voor dierenartsen en eigenaren om parasitaire infecties bij huisdieren te bestrijden.

ESCCAP Benelux is onderdeel van ESCCAP Europe en richt zich op dierenartsen, eigenaren en organisaties in Nederland, België en Luxemburg. ESCCAP geeft actuele informatie en ontwikkelt uniforme richtlijnen voor parasietenbestrijding bij hond en kat en zorgt voor een brede verspreiding hiervan.

Stichting ESCCAP Benelux
Postbus 539 1200 AM Hilversum
Tel: +31(0)35 6255188 Email: info@esccap.eu
Web: www.esccap.eu

Stichting ESCCAP Benelux KvK Midden Nederland nr. 30245648

Zwanger? Voorkom Toxoplasma infectie...



Wat is een *Toxoplasma* infectie?

Toxoplasma gondii is een microscopisch kleine, eencellige parasiet die mensen kan infecteren. Meestal zijn er bij zo'n infectie geen ziekteverschijnselen. Als dat wel het geval is, zijn de klachten vrij vaag, bijvoorbeeld moeheid, lusteloosheid, klierzwellingen, lichte koorts of huiduitslag. De ziekte noemt men **toxoplasmose**. Over het algemeen zijn eventuele verschijnselen binnen enkele weken of maanden helemaal verdwenen. Wie eenmaal een *Toxoplasma* infectie heeft gehad, is daarna immuun voor de parasiet (tenzij een afweerstoornis aanwezig is; zie verder). Het doormaken van toxoplasmose is vervelend, maar meestal niet ernstig.

Toxoplasma en zwangerschap

Toxoplasmose kan bij sommige bevolkingsgroepen tot problemen leiden, namelijk zwangeren en mensen met een afweerstoornis. Als een vrouw tijdens haar zwangerschap voor de eerste keer met *Toxoplasma* besmet wordt, kan het ongeboren kind via de moeder besmet raken en daardoor ernstige afwijkingen krijgen, vooral van het zenuwstelsel (waterhoofd) en de ogen (blindheid). Men spreekt dan van aangeboren toxoplasmose. De ernst van de afwijkingen is afhankelijk van het tijdstip in de zwangerschap waarop de moeder wordt geïnfecteerd en dus van het ontwikkelingsstadium waarin de baby zich bevindt. Soms treedt een miskraam of vroeggeboorte op. De verschijnselen van zo'n aangeboren *Toxoplasma* infectie zijn niet altijd direct zichtbaar. Soms komen ze pas op latere leeftijd aan het licht; dit betreft dan vaak de oogklachten. Gelukkig wordt de *Toxoplasma* parasiet tijdens de zwangerschap niet altijd van de moeder op het kind overgedragen. Dit gebeurt in ongeveer 30% van de gevallen.

Bij mensen met een afweerstoornis (bijvoorbeeld transplantatie, HIV/AIDS) is het van belang te weten of iemand in het verleden *Toxoplasma* heeft opgelopen. Als dat zo is kan de infectie weer actief worden. Dit kan worden voorkomen door preventieve behandeling.

Hoe ontstaat besmetting met *Toxoplasma*?

Landbouwhuisdieren zoals varkens, schapen en koeien kunnen met *Toxoplasma* besmet zijn zonder dat zij ziekteverschijnselen tonen. De *Toxoplasma* parasiet is dan in het vlees aanwezig. Als dit niet ingevroren is geweest en rauw of onvoldoende verhit wordt gegeten, dan kan de ziekteverwekker de mens bereiken.



Verder is bekend dat in de ontlasting van katten tijdelijk *Toxoplasma* parasieten kunnen zitten. Deze parasieten zijn pas na enkele dagen rijp en zijn dan pas in staat om te infecteren. Daarom is het belangrijk dat de kattenbak dagelijks verschoond wordt, zodat de parasieten verwijderd worden voordat ze besmettelijk zijn. Ook onze omgeving (tuin, zandbak) kan via kattenuitwerpselen besmet zijn. Omdat de parasieten in de omgeving lang levensvatbaar blijven (tot wel 1,5 jaar) hoeven er in een besmette omgeving geen kattenuitwerpselen meer herkenbaar aanwezig te zijn. Het is dus ook belangrijk om bij tuinieren handschoenen te gebruiken. Groenten en fruit, die mogelijk besmet zijn, moeten vóór consumptie goed worden gewassen. Een infectie door direct contact met katten of andere dieren is onwaarschijnlijk.

In Nederland heeft ongeveer 80% en in België de helft van de vrouwen nog geen *Toxoplasma* infectie doorgemaakt als ze zwanger worden. Daarom is het erg belangrijk voor zwangeren om te voorkomen dat zij tijdens hun zwangerschap besmet te raken met *Toxoplasma*. Immers, tijdens de gehele zwangerschap blijft er een risico bestaan dat het ongeboren kind via de moeder besmet wordt. Het testen door middel van eenmalig bloedonderzoek levert niet voldoende informatie op en er wordt in Nederland daarom niet standaard gescreend (i.t.t. België). Belangrijker is om door middel van voorlichting aan vrouwen die zwanger willen worden duidelijk te maken hoe zij zelf een infectie kunnen voorkomen.

