

Meer grip op gezondheid



Longontsteking door pneumokokken

Pak elke kans om elkaar
te beschermen



Wat is longontsteking door pneumokokken?

Longontsteking is een infectie van de long en wordt veroorzaakt door bijvoorbeeld een bacterie, virus of schimmel.^{1,2}

Het kan snel ontstaan en kan leiden tot opname in het ziekenhuis.³

Longontsteking wordt meestal door de bacterie *Streptococcus pneumoniae* veroorzaakt. We spreken dan van een pneumokokkenlongontsteking.¹

Pneumokokkenbacteriën zijn besmettelijk en longontsteking moet serieus genomen worden. Zelfs wanneer je nog jong en fit bent.^{1,4}

Het risico op de ziekte is groter als je ouder wordt, omdat je afweersysteem dan meestal minder krachtig is.⁵



Iedereen kan pneumokokken-longontsteking krijgen.

Je kan er erg ziek van worden wanneer⁶:

- je ouder dan 60 jaar bent
- je geen of een slecht werkende milt hebt
- je een minder goede afweer tegen ziektes hebt
- je al een ziekte zoals diabetes of een ziekte aan de longen of het hart hebt

Grip op gezondheid en risico's

Om infectieziekten te voorkomen zijn allerlei preventieve maatregelen te nemen. Een goede algemene hygiëne is heel belangrijk.

- Was daarom regelmatig je handen.
- Raak je ogen, neus en mond zo min mogelijk aan.
- Als je moet hoesten of niezen, doe dat in je elleboog.
- Gebruik papieren zakdoekjes.

Ook een goede afweer tegen bacteriën is van belang. Zorg voor je afweer door gezond te leven: gezond eten, genoeg bewegen en niet roken. De kans op de veel voorkomende infecties door pneumokokken, is behalve door bovengenoemde hygiëne maatregelen ook te verlagen met vaccinatie.

Pneumokokkenvaccinatie kan de kans op longontsteking door pneumokokken verkleinen. De overheid biedt een pneumokokkenvaccin aan voor volwassenen van 60 tot 80 jaar.⁷ Een combinatie van twee typen vaccins wordt vergoed voor medische risicogroepen.⁸

Lopen jij of je dierbaren het risico op een longontsteking door pneumokokken?^{9,10,11}

Ben je ouder dan **60 jaar**?

Heb je een **chronische ziekte**?

- aan je hart
 - aan je longen
 - aan je lever
 - aan je nieren
 - diabetes
 - een verzwakt immuunsysteem
-

Loop je **medisch risico** door?

- geen of een minder werkende milt
- een cochleair implantaat
- een hersenvocht lekkage
- een niet goed werkend afweersysteem
- longschade opgelopen door COVID-19

Indien je positief geantwoord hebt op minstens één van de bovenstaande vragen, loop je verhoogd risico op een pneumokokkenlongontsteking.^{9,12}

Lees meer over longontsteking door pneumokokken.

Kijk op www.voorkomlongontsteking.nl



Ook volwassenen, zelfs in goede gezondheid, lopen een risico op longontsteking.

1. British Lung Foundation. Pneumonia. (page last updated: October, 2019) Available at: <http://www.blf.org.uk/Page/>
2. Pneumonia. Accessed August 2020. American Lung Association. Pneumonia fact sheet. (page last updated: May, 2020) Available at: <https://www.lung.org/lung-health-and-diseases/lung-disease-lookup/pneumonia/symptoms-causes-and-risk.html>. Accessed August 2020.
3. Marshall et al. Trends in mortality from pneumonia in the Europe union: a temporal analysis of the European detailed mortality database between 2001 and 2014. *Respiratory Research* 2018; 19 (1): 81.
4. Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Pneumococcal disease – Risk factors & transmission (page last updated: September, 2017). Available at: <https://www.cdc.gov/pneumococcal/about/risk-transmission.html>. Accessed August 2020-.
5. Caruso C, et al. Mechanisms of immunosenescence. *Immun Ageing* 2009; 6:10. doi:10.1186/1742-4933-6-10.
6. <https://lci.rivm.nl/faq/pneumokokkenziekte>
7. <https://www.rivm.nl/pneumokokken/pneumokokkenprik>
8. <https://www.zorginstituutnederland.nl/publicaties/adviezen/2021/03/03/gvs-advies-13-valentpneumokokkenconjugaat-vaccin-prevenar13>
9. <https://lci.rivm.nl/pneumokokkenvaccinatie>
10. Wagenvoort GH, Knol MJ, de Melker HE, Vlamincx BJ, van der Ende A, Rozenbaum MH, et al. Risk and outcomes of invasive pneumococcal disease in adults with underlying conditions in the post[1]PCV7 era, The Netherlands. *Vaccine*. 2016;34(3):334-40.
11. <https://www.cdc.gov/pneumococcal/about/risk-transmission.html>
12. Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Adults: Protect yourself with pneumococcal vaccines. (page last updated: September 18, 2019) Available at: <http://www.cdc.gov/features/adult-pneumococcal/>. Accessed August 2020.



Lees meer over longontsteking
door pneumokokken

Kijk op voorkomlongontsteking.nl

