

# Herpes

---

*Koortslip, soa*

## ■ Wat is herpes?

U krijgt herpes door een virus. Dit virus heet het Herpes Simplex Virus (HSV). Dit is een virus dat veel voorkomt. 2 van de 3 mensen hebben dit virus.

## ■ Hoe krijgt u herpes?

Meestal merkt u het niet dat u herpes heeft. Eén procent van de mensen met herpes, krijgt direct klachten. Het virus komt het lichaam binnen via de huid door zoenen of door seksueel contact. Het duurt meestal 3 tot 9 dagen voordat de klachten ontstaan. U krijgt dan bijvoorbeeld een ontsteking van mond en lippen. Soms komt de infectie ook via uw bloed in de rest van uw lichaam. Dan kunt u zich ziek voelen en koorts krijgen.

Het herpesvirus blijft uw leven lang in uw lichaam aanwezig zonder dat u er iets van merkt.

U kunt het herpesvirus krijgen door direct contact met iemand die het virus heeft, bijvoorbeeld door:

- Zoenen
- Seksueel contact
- Aanraking van de herpesplekken met uw vingers. Hierdoor kan de herpes ook op een andere plaats op uw lichaam komen.

U kunt het herpesvirus ook krijgen door contact met voorwerpen waarop het herpesvirus zit, bijvoorbeeld handdoeken. Het virus heeft buiten het menselijke lichaam slechts een korte levensduur.

U kunt opnieuw last van het herpesvirus krijgen door bijvoorbeeld:

- Koorts
- Zonlicht (hoog in de bergen bij wintersport, zonvakantie, zonnebank)
- Menstruatie
- Stress.

## ■ Hoe ziet herpes eruit?

Herpes komt meestal voor op de lippen, de penis, de vagina of de anus. Ieder deel van uw lichaam kan worden besmet.

### ■ Herpes op de lippen (koortslip, koortsluit)

Als u herpes op de lippen of mond heeft, dan noemt men dat een koortslip of koortsluit. U krijgt dan eerst kleine blaasjes op uw lippen die pijnlijk of branderig aanvoelen. Daarna drogen de blaasjes op en krijgt u korstjes op uw lippen die er na een tijdje afvallen. Herpes op de lippen is meestal niet heel erg. Sommige mensen hebben er wel veel pijn van. Het ziet er ook niet mooi uit. Er zijn mensen die iedere maand klachten van herpes hebben. Anderen krijgen maar een paar keer in hun hele leven last van herpes.

### ■ Herpes aan de penis, vagina of anus

Herpes aan de penis, de vagina en de anus lijkt op herpes aan de lippen. U ziet en voelt dan ook blaasjes die pijnlijk en branderig zijn. U kunt er veel pijn van hebben. U kunt de blaasjes regelmatig terugkrijgen. Van de blaasjes die regelmatig terugkomen heeft u meestal minder last dan van de blaasjes die u voor het eerst krijgt.

## ■ Herpes op andere plekken van uw lichaam

Door intensief contact met de huid kunt u soms herpes krijgen op andere plaatsen van het lichaam waar u het anders niet zo snel zou krijgen. Bijvoorbeeld op de billen en de vingers. Als u constitutioneel eczeem heeft, kan het gebeuren dat de herpes zich uitbreidt over grote delen van uw huid. Dit kan veel klachten van de huid geven.

Als u herpes op uw ogen heeft, krijgt u een rood oog waar tranen uitlopen. Daglicht wordt niet goed verdragen en u kunt wazig gaan zien.

Bij mensen met een verminderde afweer en bij pasgeboren baby's kan een herpesinfectie zich uitbreiden naar de hersenen.

## ■ Hoe weet uw arts of u herpes heeft?

Uw arts kan aan de blaasjes zien of u herpes heeft. Als uw arts twijfelt, krijgt u verder onderzoek.

## ■ Welke behandelingen van herpes zijn er?

Normaal gesproken hoeft herpes niet te worden behandeld. De klachten verdwijnen vanzelf. Wanneer wel behandeling van herpes nodig is, zal uw arts medicijnen voorschrijven die voorkomen dat de herpes zich verder uitbreidt. Er zijn geen medicijnen die het herpesvirus doden. Herpes kan dus na behandeling regelmatig terugkomen.

## ■ Als u herpes heeft, hoe kunt u er dan voor zorgen dat u dit niet op andere plekken op uw lichaam krijgt?

U kunt dit voorkomen door:

- Nooit met de vingers aan herpesplekken te komen
- Niet aan de korstjes te krabben
- Als u zalf gebruikt, voor bijvoorbeeld herpes aan de lippen, de zalf niet met uw vingers maar met een wattenstaafje op de plekken te smeren
- Als u verzorgende producten gebruikt die u op uw gezicht smeert, deze niet te smeren over de plekken waar u herpes heeft
- Geen lippenstift te gebruiken als u herpes op de lippen heeft
- Als u een washandje of handdoek gebruikt, te zorgen dat deze niet in contact met de herpesplekken komt
- Als u een herpesplek heeft aangeraakt, meteen uw handen te wassen.

## ■ Hoe kunt u ervoor zorgen dat andere mensen geen herpes van u krijgen?

- Als u herpes aan de lippen heeft, houd dan spullen zoals make-up alleen voor uzelf en deel deze niet met anderen
- Houd ook borden, glazen en bestek voor uzelf. Zorg ervoor dat niemand anders ze gebruikt en was ze direct na gebruik goed af
- Vermijd direct contact met de lippen van anderen
- Vermijd bijvoorbeeld zoenen
- Vermijd met name zoenen of het knuffelen van baby's
- Als u herpes heeft aan de penis, de vagina of de anus dan moet u geen seksueel contact hebben totdat de herpes helemaal is genezen. Ook als de herpes helemaal over is, is er
- Een kleine kans dat de persoon met wie u seksueel contact heeft toch nog besmet raken met herpes.

Voorkomen is beter dan genezen. Herpes aan de penis, vagina of anus is meestal geen ernstige ziekte, maar wel een vervelende ziekte. Als u een condoom gebruikt, is de kans klein dat u een ander besmet.

## ■ Hoe kunt u zorgen dat uw baby geen herpes krijgt?

Het is belangrijk dat een zwangere vrouw aan haar verloskundige of arts vertelt of zij of haar partner herpes aan de vagina, penis of anus heeft gehad. Als een zwangere vrouw weet dat herpes aan vagina, penis of anus steeds kan terugkomen, kan zij op normale wijze bevallen. Als een zwangere vrouw voor de eerste keer herpes aan haar vagina of anus krijgt in de laatste 6 weken van de zwangerschap, zal de arts voorstellen de baby via een operatie geboren te laten worden (keizersnede).

Na de geboorte moet u erop letten dat mensen met herpes op de lippen niet in de buurt komen van een pasgeboren baby (vooral niet zoenen).

## ■ Is herpes te genezen of blijft u er altijd last van houden?

Wie het herpesvirus heeft, draagt het virus levenslang bij zich. De meeste mensen hebben daar helemaal geen last van. Bij sommige mensen wordt het virus af en toe actief waardoor de klachten terugkomen. Bij een zeer kleine groep gebeurt dat zo vaak en zo hevig dat men daar echt last van heeft. Na langere tijd worden de klachten ook bij die mensen minder en minder erg.

---

*Deze folder is een uitgave van de Nederlandse Vereniging voor Dermatologie en Venereologie. Bij het samenstellen van deze informatie is grote zorgvuldigheid betracht.*

*De Nederlandse Vereniging voor Dermatologie en Venereologie wijst desondanks iedere aansprakelijkheid af voor eventuele onjuistheden of andere tekortkomingen in de aangeboden informatie en voor de mogelijke gevolgen daarvan.*

[www.nvdv.nl](http://www.nvdv.nl)



---

*Voor informatie over patiëntenorganisaties verwijzen wij u naar de website van Huidpatiënten Nederland.*

[www.huidpatienten-nederland.nl](http://www.huidpatienten-nederland.nl)

