

Jos en Janneke (huisartsen)

(medische) informatie en andere zaken ...



Harige beestjes!

Onze vakantie zit er weer op. In ons Volkswagenbusje zijn we door het prachtige Zuid-West Engeland getrokken, voor het eerst met z'n drieën. Met Guus veilig in zijn maxicosi op de achterbank reden we door verlaten landschappen, langs prachtige kusten en door schattige dorpjes. En net als hier was het daar gelukkig ook prachtig weer.

Al vanaf juni hebben we nauwelijks meer regen gehad. En de vooruitzichten zijn ook voor de komende weken heel erg goed, fijn voor iedereen die nu vakantie heeft. Helaas houden de meeste beestjes ook van lekker warm en droog weer. De wespenplagen moeten nog komen, maar een ander beestje haalt al weken de voorpagina: 'Eikenprocessierups in meer gemeenten gezien dan afgelopen jaren', 'Eikenprocessierups rukt op, weersomstandigheden zijn fantastisch'. De GGD heeft zelfs een speciaal persbericht uitgedaan naar alle huisartsen in de regio, omdat de klachten dit jaar zoveel heviger zijn dan de afgelopen jaren. En helaas staan er in Vinkel ook veel te veel eikenbomen waar deze rupsen van de nachtvlinder hun buikjes vol eten. En heb ik dus ook al verschillende mensen op het spreekuur gehad met klachten door deze rups. Zoals je op de foto kan zien heeft elke rups 1000-den kleine brandhaartjes



op zijn lijf. Wanneer deze haartjes in contact komen met de huid of slijmvliezen (ogen, mond) bij ons, kan dit vervelende klachten geven. Ze ontstaan enkele uren nadat je in contact bent gekomen met deze haartjes. Op de huid geeft het in eerste instantie jeuk en roodheid, later kan de uitslag er meer uit gaan zien alsof je

gebeten bent door een insect. Als de haartjes in de ogen komen geeft dit flinke irritatie van de ogen. En in de mond, keel of longen kan het zorgen voor een loopneus, hoesten of kortademigheid. Een ernstige allergische reactie komt gelukkig zelden voor.

Als je met de brandhaartjes in contact bent gekomen is het belangrijk dat deze zo snel mogelijk van de huid of slijmvliezen worden verwijderd. Dit kan je doen door de huid of ogen goed met water te spoelen. Ook 'strippen' met plakband kan helpen de haartjes te verwijderen. Door wrijven of krabben worden klachten alleen maar erger en dringen de haartjes verder in de huid. De haartjes zijn moeilijk uit je kleding te krijgen, intensief wassen op 60 graden is een must.

Krijg je toch last, dan kan je zelf gelukkig al een hoop doen om de klachten te verzachten. Bij een milde huidreactie is het vaak voldoende om de huid te verkoelen aloë-

vera gel, mentholgel of calendula zalf. Bij hevigere klachten kan er wat sterkers worden voorgeschreven, zoals een lichte hormoonzalf of anti-allergie tabletje. Overleg even met een van onze assistentes of kom langs op het inloopspreekuur als je denkt iets sterkers nodig te hebben.

Hopelijk besluiten de rupsen snel in hun cocon weg te kruipen voordat ze zich ontpoppen tot nachtvlinder, zodat wij er geen last meer van hebben!

Ook namens Jos wens ik jullie een zonnige zomer en fijne vakantie!

En omdat ook de echo even vakantie heeft wil ik het volgende alvast onder jullie aandacht brengen:

Een puberbrein, hou 't fijn!

Op woensdagavond 26 september organiseren we samen met Novadic, kinderartsen en de GGD de avond "een puberbrein, hou t fijn!" Een avond over alcoholgebruik door jongeren. Naast duidelijke voorlichting zullen we ook trachten ouders van (aanstaande) pubers handvatten te geven over het voorkomen van hersenschade door alcohol gebruik bij hun kroost. Graag willen we met elkaar in gesprek gaan over hoe we het alcoholgebruik hier in Vinkel goed met elkaar kunnen regelen. De avond is interessant voor ouders maar ook voor trainers, coaches en andere begeleiders die met jongeren omgaan en ze tegenkomen. We hopen op een goede opkomst, iedereen is van harte welkom!

Om 19:15 staat de koffie en thee klaar in 't Zijl. Deze avond is gratis. Graag even aanmelden via Facebook of fijnpuberbrein@gmail.com

Groeten
Janneke Bressers