

DE GRIEPPRIK

Vorige week waren we op vakantie in Oostenrijk, en het was helemaal geen goed weer. Regen en sneeuw en koud. Op een gegeven moment begin je je natuurlijk wat te vervelen, eigenlijk is dat ook de bedoeling; een kennis van ons vindt zijn vakantie pas geslaagd als hij zich minstens één dag verveeld heeft. In ieder geval was ik, uit verveling, de lokale reclameblaadjes aan het doorbladeren en stuitte ik op een wit briefje:-

"Einladung zur Grippenschütz-impfung."



Hé, dat is grappig. Wij hadden iedereen met een indicatie voor de griep prik al de week daarvoor gevaccineerd, dus ik las door.

Geprikt werd er vanaf heden tot half februari 2008 in het gemeentehuis. En de kosten waren 11,50 euro per prik.

Mijn interesse is gewekt bij zo'n briefje, want hoe zit dat?

In Nederland is de griep prik voor mensen met een indicatie gratis, maar bovendien adviseert het RIVM (Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu) de griep prik voor half november te geven (en dus niet half februari). Vreemd.

Hoe werkt de jaarlijkse griepvaccinatie?

- De WHO (World Health Organisation) heeft over de gehele wereld uitkijkposten waar mensen met griepachtige verschijnselen worden nagekeken en waar in het bloed van de zieken het virus (de verwekker) wordt opgezocht. Klassiek is de griep het eerst aantoonbaar in Azië. Deze virussubtypen worden door de WHO gesorteerd op mate van ziekmakende kracht (virulentie heet dat) en natuurlijk op aanwezigheid. Griepvirussen zijn namelijk vervelende jongens. Ieder jaar passen ze hun schilletje

een beetje aan waardoor het lichaam het griepvirus ieder jaar weer niet herkent en waardoor je dus ieder jaar ook weer een nieuwe griepvaccinatie moet maken. In februari bepaalt de WHO welke virusstammen het populairst zijn, net als de mode loopt dat dus een jaar voorop.

- In Nederland krijgt het RIVM deze info en op basis daarvan wordt de griep prik gemaakt die normaal uit drie virusvarianten bestaat.

Dit jaar heeft u van ons gekregen: A/New Caledonia/20/99(H1N1) A/Wisconsin/67/2005(H3N2) B/Maleisia/2506/2004

Herkent u de vindplaatsen?

Verzwakte varianten

Natuurlijk geven wij en het RIVM niet de vorengenoemde virussen, dat zou u ziek maken, maar verzwakte varianten daarvan.

Deze verzwakte varianten veroorzaken wel een afweerreactie in het lichaam, dat is nodig om antistoffen aan te maken, maar ze maken u niet ziek.

Als de echte griep dan in het land komt heeft u al antistoffen in het lichaam en wordt u niet ziek.

Het lichaam heeft ongeveer twee weken nodig om die antistoffen aan te maken en omdat de griep op zijn vroegst in december in Nederland wordt verwacht moet je dus voor half november vaccineren.

Aangezien dit hele verhaal ook voor Oostenrijk geldt vrees ik dat de lokale gevaccineerden er per saldo slechter aan toe zijn dan wij in Nederland. Het heeft weinig zin te vaccineren als de griep al in het land is. Maar helemaal zeker is dit niet.

Als je namelijk naar de weken kijkt waarin het griepvirus het meest actief is en dus de meeste zieken veroorzaakt, blijkt dat in Nederland het hoogtepunt rond week 52 ligt, terwijl dat in Duitsland week 6 is. Zou het in Oostenrijk dus nog wat later zijn?

Nu ik er over nadenk ben ik al twee keer fors ziek geweest tijdens de voorjaarsvakantie (in Oostenrijk), dat is de reden dat ik mezelf tegenwoordig ook laat vaccineren.

Gratis

- In Nederland is de griep prik gratis voor alle mensen in risicogroepen:
- Mensen met hart-, long- of nierziekten.
 - Mensen met suikerziekte.
 - Mensen met een verminderde weerstand.
 - Iedereen van 65 jaar en ouder, volgend jaar iedereen van 60 jaar en ouder.

Voor bovenstaande mensen is het dus sterk aan te raden de griep prik te nemen.

Ik wil geen griep prik hebben!

- Ik spreek ieder jaar weer patiënten die de griep prik niet willen nemen en de argumenten zijn ieder jaar weer hetzelfde:
- Ik word ziek van de prik. Dat kan inderdaad. Als u allergisch bent voor kippenei, want de griepvirussen worden opgekweekt op eierdooiers, en dus krijgt u daar een minieme hoeveelheid van binnen. In alle andere gevallen is het onzin. Krijgt u een beetje verhoging en een vol gevoel of een loopneus na de

- griep prik? Dan zijn er twee mogelijkheden: u werd al ziek, of wat u voelt is het afweersysteem in het lichaam dat aan het werk gaat en dat is goed.
- Ik heb nooit griep. Dat kan ook waar zijn. Per jaar zijn ongeveer 170.000 mensen ziek genoeg om de huisarts te raadplegen, dat zijn er dus 10 per 1.000 inwoners. Dus 1 op de 100 is ziek genoeg om de huisarts te bellen, van de overige 99 weten we het niet, maar het lijkt aannemelijk dat daar ook nog heel wat zieken tussen zitten.

Laten we dus zeggen dat ongeveer 1 op de 50 mensen per jaar griep krijgen, dan kunt u dus met ontzettend geluk 49 jaar geen last hebben van de griep. Als je nu kijkt naar de kans om griep te krijgen blijkt dat die kans het grootst is bij kinderen tot 5 jaar, en daarna afneemt naar een stabiele één op de honderd. Kijken we naar de kans om te overlijden aan diezelfde griep, blijkt die kans zo goed als nul te zijn tot het vijfde jaar en daarna langzaam te stijgen tot 1 op de 300 boven het 85^e jaar. Met andere woorden: als u nog nooit ziek bent geweest van de griep, heeft u het lot getart en als u boven de 65 bent is de kans heel groot dat u dan wel ziek wordt, en bovendien is de kans dat u daaraan overlijdt ook niet mis! Ter vergelijking: de kans een prijs te winnen in de postcodeloterij is kleiner dan de kans ernstig ziek te worden van de griep. Doet u mee aan deze of enige andere loterij dan moeten we dus veronderstellen dat u gelooft in kansberekening en is een griepvaccinatie aan te raden.

Nu even over die leeftijdsverlaging volgend jaar

Als je naar de statistieken van het RIVM kijkt is de kans om griep te krijgen vanaf het 5^e jaar ongeveer stabiel, geen reden om vanaf 60 jaar te vaccineren dus, maar als je kijkt naar de sterfte aan de griep, blijkt die na het 60^e jaar sterk te stijgen (in vergelijking tot de sterfte onder de 60 bijna twee keer zo hoog). Dat is dus de reden van die verlaging van de leeftijds grens.

Hoe weet je of je de griep of een griepachtig virus hebt opgelopen?

De echte griep maakt mensen erger ziek dan een griepachtig virus. Over het algemeen hebben mensen met griep hoge koorts en zijn echt ernstig ziek. Ik ben het twee keer geweest (in Oostenrijk dus) en ik heb een week op bed gelegen met koorts rond de 39 graden. Heb je last van een loopneus, dan heb je niet de griep, die wordt namelijk nooit door het griepvirus veroorzaakt.

Jaco Beeker
www.drbeeker.nl