

10



Koorts is een veelvoorkomend symptoom met veel gezichten. Meestal banaal, soms alarmerend. Vaak voorbijgaand, een enkele keer chronisch. Maar wat is koorts precies en waarom krijgen we het? En moeten we koorts altijd bestrijden? Tien koortsachtige vragen.

1 Wat is koorts?

Koorts kunt u zien als een ontregeling van de thermostaat in de hersenen. Het lichaam krijgt een onterechte indruk van koude. Daarom start het allerlei processen om de lichaamstemperatuur naar boven te krijgen: spiertrekkingen, rillingen... Dat alles doet de temperatuur stijgen, maar kost ook veel energie. Een koortsstillend middel zet de thermostaat weer lager. Met als gevolg dat het lichaam de warmte weer kwijt wil. U begint te transpireren en u zorgt ook bewust voor afkoeling, bijvoorbeeld door het raam open te zetten. Als de oorzaak van de koorts aanhoudt, begint het hele proces opnieuw.

2 Vanaf wanneer is er sprake van koorts?

Officieel is er sprake van koorts bij een lichaamstemperatuur van minstens 38,3°C. Maar de grens is niet zo strikt. Een aanhoudende lichaamstemperatuur van bijvoorbeeld 37,7°C is evenmin normaal en moet ook verder worden onderzocht.

3 Waarom krijgen we koorts?

Mogelijke oorzaken van koorts zijn onder meer een infectie, een niet-infectieuze ontsteking of een tumor. Koorts fungeert daarbij als alarmsignaal. Doordat we koorts hebben, gaan we naar de dokter of doen we het rustig aan. Of koorts nodig is om ziektekiemen te bestrijden, is niet bewezen.

4 Hoe meet u koorts het best?

Met een eenvoudige digitale thermometer. Andere systemen, zoals oor- of voorhoofdthermometers, zijn niet altijd betrouwbaar. Rectaal gemeten is de temperatuur iets hoger dan wan-

Meet de koorts met een eenvoudige digitale thermometer

KOORTSACHTIGE VRAGEN

neer u in de mond of oksel meet. Meet meermaals per dag, want de lichaamstemperatuur schommelt.

5 Moet u koorts altijd bestrijden?

Eigenlijk niet, want koorts is op zich onschuldig. Koortswerende medicatie is er vooral voor ons comfort. Uitzondering zijn patiënten met een hartkwaal of longproblemen, omdat koorts hen te veel energie kost. Ook aan kinderen wordt meestal medicatie gegeven omdat zij sneller hoge koorts of koortsstuipten ontwikkelen. Dat koorts onschuldig is, betekent overigens niet dat de onderliggende oorzaak dat ook is. Zo ook met koorts boven de 40°C: op zich is dat niet zo gevaarlijk, maar vermoedelijk is er ergens wel een intens ziekteproces aan de gang. Zeker als de koorts niet zakt, moet u naar de dokter.

6 Hoe koorts bestrijden?

Met een koortswerend middel. Een koud bad nemen is minder zinvol. Het lichaam koelt dan af, maar de inwendige thermostaat blijft even hoog staan. Hou wel de omgeving fris en draag lichte kleding, zodat de warmte weg kan. In geval van een ernstige bacteriële infectie is meestal antibiotica nodig. Eerst moet echter de aard van infectie worden achterhaald. Eens er antibiotica is genomen, lukt dat nog moeilijk. Daarom moeten er bij een ziekenhuisopname eerst de nodige tests worden gedaan voor er antibiotica wordt gegeven.

7 Wanneer moet u met koorts naar de dokter?

Als het vermoedelijk gaat om een banale infectie – er is bijvoorbeeld ook sprake

van diarree of braken –, dan moet u niet meteen naar de dokter. Dat geldt ook voor kleine kinderen. Als ze normaal eten en spelen, is er wellicht niet veel aan de hand. Is er geen logische verklaring voor de koorts – het griepseizoen is ver weg en er zijn geen andere symptomen –, dan gaat u het best naar de huisarts. Daarnaast zijn er een aantal specifieke situaties waarin altijd medische hulp vereist is (zie kader).

8 Welke dienst behandelt koorts?

Dat hangt af van de andere symptomen en omstandigheden. Ga bij voorkeur eerst naar de huisarts. Die kan het probleem zelf behandelen of u naar de juiste specialist verwijzen. In het UZA wordt reis- of infectiegebonden koorts meestal behandeld door de dienst tropische geneeskunde. De dienst reumatologie houdt zich bezig met koorts die gepaard gaat met gewrichtsklachten. Als de oorzaak nog onduidelijk is, komt de patiënt op de dienst algemeen inwendige geneeskunde terecht. In ernstige en dringende gevallen komt de patiënt binnen via de spoed.

9 Wat is chronische koorts?

Officieel spreek je van chronische koorts of koorts van onbekende oorsprong als iemand langer dan drie weken onverklaarde koorts heeft of bepaalde afwijkingen in het bloed vertoont. Maar elke verhoging die drie weken of langer aanhoudt, verdient aandacht. Mogelijke oorzaken van chronische koorts zijn een infectie, een ontsteking, een tumor of een zeldzame aandoening. Bij zo'n 25% van de patiënten is er geen oorzaak te vinden.

10 Wijst elke stijging van de lichaamstemperatuur op koorts?

Nee, er bestaat ook hyperthermie, waarbij de lichaamstemperatuur ongecontroleerd stijgt. De oorzaak is dan niet een tijdelijke ontregeling in de hersenen, maar bijvoorbeeld een zonnslag of een nevenwerking van bepaalde medicatie. Zorg dan snel voor verkoeling, want hyperthermie kan levensbedreigend zijn.

METEEN NAAR DE DOKTER!

Met koorts gaat u onmiddellijk naar de dokter als

- » ze gepaard gaat met hevige hoofdpijn en/of lichtschuwheid. In dat geval moet hersenvliesontsteking worden uitgesloten.
- » u minder dan drie maanden geleden een reis hebt gemaakt naar een gebied waar malaria voorkomt.
- » u net uit het ziekenhuis komt of een operatie achter de rug hebt. Er kan altijd sprake zijn van een ziekenhuisgebonden infectie of een late complicatie van de ingreep.
- » er sprake is van een ander ongevoelbaar symptoom, bijvoorbeeld hevige pijn in de benen.
- » u kankerpatiënt bent. Ook hoogbejaarden en chronisch zieken nemen het best het zekere voor het onzekere.
- » de milt werd verwijderd. Voor mensen zonder milt is een mogelijke infectie een spoedgeval.
- » de koorts na een aantal dagen niet spontaan verdwijnt.