

HEB IK RISICO OP ZONA?

☐ IK BEN **60 JAAR** OF OUDER

⋮

IK BEN 60 JAAR OF OUDER

en heb één of meerdere medische aandoeningen, zoals bijvoorbeeld^{1,2}:

- ☐ Suikerziekte/diabetes;
- ☐ Chronische nierziekte;
- ☐ Cardiovasculaire ziekte;
- ☐ Andere

⋮

IK BEN 18 JAAR OF OUDER

en voldoe aan minstens één van de volgende voorwaarden³:

- ☐ Ik heb een verzwakt immuunsysteem;
- ☐ Ik neem immuunonderdrukkende medicatie

⋮

Als je 1 van bovenstaande vakjes hebt aangeduid, dan loop je VERHOOGD RISICO OP ZONA

Spreek erover met je arts

1. Marra F et al. Open Forum Infect Dis 2020; 7:ofaa005. 2. Steinmann M et al. Infectie 2024; 52(3):1009-1026. 3. Hoge Gezondheidsraad advies 9684 - vaccinatie tegen herpes zoster. Beschikbaar op: <https://www.hgr-css.be/nl/advies/9684/vaccinatie-gegen-herpes-zoster>. Laatst geraadpleegd in Januari 2026





EEN GEÏNFORMEERD GESPREK MET JE ARTS

Wanneer je 60 jaar of ouder bent, loop je een aanzienlijk risico op deze pijnlijke, met blaren gepaard gaande huiduitslag, zelfs als je je nu goed voelt². Gebruik deze gids gerust bij je volgende doktersbezoek om het gesprek over zona aan te gaan.¹⁻³

ENKELE FEITEN

1

Zona wordt veroorzaakt door de **reactivatie van het varicella-zostervirus**, hetzelfde virus dat waterpokken veroorzaakt¹⁻³.

2

Zona en de bijhorende complicaties kunnen je leven gedurende **weken, maanden** of zelfs jaren **verstoren**¹.

3

Zonapijn kan aanvoelen als een **brandend, bonzend** of **dof gevoel**, soms ook als **elektrische schokken**^{1,2,#}.

4

Meer dan 95% van de volwassenen heeft als kind de waterpokken doorgemaakt en is dus **drager van het virus dat zona kan veroorzaken**. Ongeveer **1 op de 3** mensen krijgt ooit zona¹⁻³.

5

Zona kan **pijnlijke, langdurige complicaties** veroorzaken^{1,2}.

¹. Harpaz R, et al. MMWR Recomm. 2008; 57(RR-5):1-30. ². World Health Organization (WHO), 2025. Shingles (Herpes zoster). Beschikbaar op: [https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/shingles-\(herpes-zoster\)](https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/shingles-(herpes-zoster)) Geraadpleegd December 2025. ³. Hoge Gezondheidsraad advies 9684 - vaccinatie tegen herpes zoster. Beschikbaar op: <https://www.hgr-css.be/nl/advies/9684/vaccinatie-tegen-herpes-zoster>. Laatst geraadpleegd in Januari 2026
Individuele symptomen van zona kunnen variëren.