



"Zona: een weinig bekende maar vaak voorkomende ziekte"

Ken je zona en de symptomen ervan? Hoewel de ziekte nog weinig bekend is bij de Belgische bevolking, tonen studies aan dat ongeveer één op de drie mensen de ziekte in hun leven zal krijgen. Risicofactoren, vroege symptomen en chronische pijn: dit is alles wat je moet weten over deze ziekte waaraan gemiddeld 48.000 Belgen per jaar lijden.¹

Meer dan 90 % van de volwassenen is drager van het varicella-zostervirus en loopt daarom de kans om tijdens hun leven zona te ontwikkelen.^{2,3,4} De ziekte is echter nog weinig bekend bij het Belgische publiek. Hoewel sommige patiënten de vroege symptomen over het hoofd zien, kan een zona die niet snel wordt behandeld een grote impact hebben op het dagelijkse leven en leiden tot chronische pijn.¹

Wat zijn de risico-factoren?

Iedereen die drager is van het varicella-zostervirus kan de ziekte oplopen. Een aantal factoren vergroot het risico op het ontwikkelen van de ziekte, waaronder leeftijd – zona treft over het algemeen mensen boven de 50 – en een verzwakt immuunsysteem (door stress, aandoeningen zoals kanker en reumatoïde artritis, of het gebruik van immunosuppressiva).⁵ Mensen met kanker hebben bijvoorbeeld tot 7 keer meer kans op zona dan iemand zonder kanker.⁶

"Ik dacht dat alleen ouderen zona kregen. Ik was pas 55 toen ik het kreeg. Ik had nog nooit zo'n pijn gevoeld, ik kon me niet concentreren."

Over welke symptomen moet je je zorgen maken?

De ziekte manifesteert zich aanvankelijk als zenuwpijn, een branderig gevoel, jeuk, een heel gevoelige huid bij aanraking en uitslag op de romp en het gezicht.^{3,7} Dat zijn de 'klassieke' symptomen waar patiënten niet altijd op letten. "Ik dacht dat ik ergens allergisch voor was. Plotseling voelde ik een hevige pijn", vertelt een patiënt. De patiënt kan ook last hebben van hoofdpijn, koorts en, in zeldzame gevallen, gehoor- en gezichtsverlies.⁷ Als de ziekte niet snel wordt behandeld, kan dat leiden tot ernstige complicaties op lange termijn, zoals chronische zenuwpijn en, in zeldzame gevallen, zelfs gezichtsverlies.⁵

¹ Nikkels A F, et al. Acta Clinica Belgica 2024, 79(3):205-216. <https://doi.org/10.1080/17843286.2024.2350258>

² Bollaerts, et al. Epidemiology and Infection, oktober 2017. Beschikbaar op <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6647669>.

³ DH Green Book Ch 28a. Shingles, April 2021. Beschikbaar op <https://www.gov.uk/government/publications/shingles-herpes-zoster-the-green-book-chapter-28a>.

⁴ Kilgore PE, Kruszon-Moran D, Seward JF, et al. Varicella in Americans from NHANES III: implications for control through routine immunization. J Med Virol 2003;70 Suppl 1:S111-8

⁵ Centers for Disease Control and Prevention (CDC), mei 2024. About Shingles (Herpes Zoster). Geraadpleegd in november 2024.

⁶ Habel LA, Ray GT, Silverberg MJ, et al. The epidemiology of herpes zoster in patients with newly diagnosed cancer. Cancer Epidemiol Biomarkers Prev. 2013;22:82.

⁷ Centers for Disease Control and Prevention (CDC), april 2024. Shingles Symptoms and Complications. Geraadpleegd in november 2024.

Vraag je je af of je één van die mensen bent die een groter risico loopt om zona te krijgen? Als je twijfelt of nog vragen hebt, aarzel dan niet om hierover te praten met je huisarts.