

## De huisarts en het reizigersconsult: Gezond op weg

'Think and go global' is een raad die veel mensen opvolgen. Het reisbureau geeft alvast de nodige adviezen en vooral in de grote steden vervoegt de globetrotter in spe zich vervolgens bij de GGD. Buiten de grote steden doen patiënten ook regelmatig een beroep op de huisarts voor zij op reis gaan. Niet alleen voor gezonde mensen, maar vooral ook voor patiënten met chronische aandoeningen heeft de huisarts belangrijke adviezen voor de reis.

Binnenkort verschijnt een nieuwe NHG-PraktijkWijzer Preventie, waarin ook een hoofdstuk over reizigersadvies is opgenomen. Vooruitlopend daarop bespreekt *In de praktijk* in dit nummer het reizigersconsult bij gezonde mensen. In volgende nummers wordt aandacht besteed aan patiënten met comorbiditeit en mensen die ziek zijn of worden na terugkomst.

### Reiziger op consult

Patiënten denken vaak dat een reizigersconsult alleen maar gaat over pillen en prikken. Maar het voorlichtingsaspect is zeker zo belangrijk. Het heeft voordelen als de huisarts het reizigersadvies kan doen: de continuïteit blijft gewaarborgd, de bereikbaarheid en de korte lijnen naar specialisten zijn een voordeel, en er is natuurlijk de individuele benadering. Dan moet wel aan een aantal voorwaarden worden voldaan:

- ▶ (toegang tot) kennis over vaccinaties en het voorkomen van bepaalde tropische aandoeningen. Kennisbronnen die de huisarts kan raadplegen zijn, naast een goede atlas:
  - GHI Bulletin Malariaprofylaxe, Inspectie voor de Volksgezondheid, Rijswijk;
  - Landelijk Centrum Reizigersinformatie ([www.lcr.nl](http://www.lcr.nl));
  - Stichting Travelalert (tel. 036-5343554);
- ▶ een praktijkorganisatie die is afgestemd op reizigersadviesing;
- ▶ contact met GGD'en en centra voor tropische geneeskunde.

De huisartsenpraktijk is dus onder bepaalde voorwaarden prima toegerust om advies te geven aan de reiziger. Het is belangrijk dat de patiënt weet dat de kwaliteit van het advies goed onderbouwd is. Daarvoor is borging van de kwaliteit nodig.

### Rol van de assistente

Bij de reizigersadviesing kan de praktijkassistente of -ondersteuner een belangrijke rol vervullen. Ongeveer zes weken voor vertrek kan ze met de patiënt een intakeformulier invullen. Aan de hand daarvan kan ze de malariaprofylaxe uitwerken, een immunisatieschema opstellen en eventueel de literatuur met informatie voor de reiziger opzoeken. In het tweede consult loopt de huisarts het intakeformulier door met de verschillende stappen van het reizigersconsult en in het derde consult geeft de assistente de vaccinaties en recepten en zo nodig de medische verklaringen.

### De zeven stappen van het reizigersconsult

1. *Verzameling van persoons- en reisgegevens*: medische voorgeschiedenis, medicijngebruik, eventuele zwangerschap of meereizende kinderen, de precieze bestemming en duur van de reis, verblijf al dan niet aan de kust al dan niet in luxe hotels, verblijf in de rimboe of op (grote) hoogte.
2. *Voorlichting*: tropische ziekten vormen maar een klein deel van de problemen van de reizigers. Verkeersongevallen zijn op reis de belangrijkste doodsoorzaak; dat is dus een punt van aandacht. De helft van de reizigers krijgt diarree, gedurende een tot twee dagen met misselijkheid. Belangrijkste preventiemaatregel is hygiëne en het vermijden van rauwkost, schepijs en ongekookt water. Ter voorkoming van malaria is een muskietennet zeker zo belangrijk als medicatie. Reizigers kunnen beter niet op blote voeten lopen (risico op worminfecties) of zwemmen in stilstaand water (Schistosomen).
3. In alle gevallen moeten de volgende *vaccinaties* worden overwogen: DTP, hepatitis-A, tyfus en gele koorts. De tyfusprofylaxe kan ook in capsulevorm worden ingenomen. Vaccinaties die daarnaast overweging verdienen zijn: BCG (of mantoux voor en na de reis), hepatitis-B, rabiës, meningokokken, influenza, BMR en Japanse encefalitis.
4. *Malariaprofylaxe* is vooral van belang om de levensbedreigende vorm *malaria tropica* te voorkomen. De veroorzaker hiervan (*Plasmodium falciparum*) is helaas vaak resistent tegen verschillende profylactische medicijnen. De laatste aanbevelingen zijn te vinden via het GHI-Bulletin. Zwangeren, kinderen en patiënten met comorbiditeit verdienen speciale aandacht. In sommige situaties is een noodbehandeling voor op reis te overwegen.
5. Een *aantal patiëntengroepen* vragen speciale aandacht: zwangeren, kinderen en patiënten met een chronische ziekte. (Hierop wordt in een volgende aflevering teruggekomen.)
6. De gezonde reiziger heeft geen uitgebreide *reisapotheek* nodig: malariaprofylaxe, ORS, paracetamol, pleisters, verband en desinfectans (eventueel orale anticonceptie en condooms). Bij koorts is het belangrijk dat de patiënt aan malaria denkt en dan medische hulp zoekt. Vooral bij kinderen met koorts is dit van belang. Bij diarree kan de patiënt ORS innemen, maar bij slijm- of bloedbijmenging is medische hulp noodzakelijk.
7. *Na de reis* moet de malariaprofylaxe worden gecontinueerd. Als er tijdens de vakantie of na terugkeer problemen zijn (geweest), is het aan te bevelen contact op te nemen met de huisarts. De meest voorkomende klachten zijn koorts, diarree en huidproblemen. (Hierop wordt in een volgende aflevering teruggekomen.) (LB)

### Literatuur

De Wit NJ, Van Balen FAM. Naar vreemd gaan... Het reisconsult in de huisartspraktijk. Huisarts Wet 1996;39:276-83.