



Zwemmen is gezond, maar wees voorzichtig ...

De zomer komt er aan. Iedereen begint te dromen van een frisse duik. Maar houd het zwemmen wel veilig en doe het in proper water. Sommige plaatsen zijn daarvoor meer geschikt dan andere. In open water, zowel in zee water als in vijverwater, kunnen zich immers ziekteverwekkers bevinden. Uitkijken dus ...

Gerrit Tilborghs

Vlaams Agentschap Zorg en Gezondheid - afdeling Toezicht Volksgezondheid - team Milieugezondheidszorg



Ook de afdeling Toezicht Volksgezondheid van het Vlaams Agentschap Zorg en Gezondheid (AZG) houdt een vinger aan de pols. In nauwe samenwerking met de Vlaamse Milieumaatschappij (VMM) wordt de waterkwaliteit van kustwater en zwemvijvers goed in de gaten gehouden. In opdracht van en in samenwerking met het AZG voert de VMM tijdens het badseizoen regelmatig controles uit, zowel op zwemzones aan de kust als op publieke zwemvijvers in het binnenland, in totaal op zo'n 80 meetpunten. Gelukkig is het zwemwater in Vlaanderen meestal van een goede kwaliteit.



Iedere ziektekiem apart opsporen zou de overheid handenvol geld kosten. Daarom wordt gecontroleerd op de aanwezigheid van een aantal kiemen die ons met een grote mate van zekerheid vertellen of de waterkwaliteit voldoende hoog is om zorgeloos te kunnen genieten van het water. Op dit ogenblik worden het totale aantal coliformen, de fecale coliformen en de fecale streptokokken gemeten. Binnenkort worden deze vervangen door E-coli en intestinale enterokokken. Ook andere parameters worden bekeken, bijvoorbeeld het voorkomen van cyanobacteriën (blauwalgen), de helderheid, de zuurgraad en de temperatuur van het water. Is het op een bepaalde plaats niet meer verantwoord om te zwemmen, dan wordt dat op waarschuwingsborden en op het internet bekend gemaakt. (<http://www.kwaliteitzwemwater.be>)

De belangrijkste ziekteverwekkers in natuurlijk zwemwater zijn de ziekteverwekkers afkomstig van fecale verontreiniging (stoelgang), cyanobacteriën, *Trichobilharzia ocellata* (veroorzaker van zwemmersjeuk), *Pseudomonas aeruginosa* (zwemmersoor), *Naegleria fowleri*, *Acanthamoeba*, *Balamuthia mandrillaris* (hersenvliesontsteking), *Clostridium botulinum* (botulisme), leptospiren (leptospirose), dit naast talrijke andere ziekteverwekkers, zoals andere micro-organismen, kwallen en pietermannen.

cyanobacteriën

Het water aan de kust en in zwemvijvers kan worden verontreinigd met stoelgang van menselijke (bijvoorbeeld van baders) of dierlijke herkomst. Blootstelling aan deze verontreiniging kan maag-darmstoornissen (bijvoorbeeld gastro-enteritis) veroorzaken. Klachten kunnen zijn maagkramp, misselijkheid, braken, koorts en diarree en duren over het algemeen enkele dagen tot hooguit een week.

maag-darmstoornissen

Cyanobacteriën, ook wel eens blauwalgen genoemd, zijn bacteriën die eruit zien als algen. Ze kunnen de kleur blauwgroen of roodbruin hebben. Ze groeien bij warm weer vooral in zoet stilstaand water, bijvoorbeeld zwemvijvers. Drijvend aan het wateroppervlak vormen ze een laag die op olie lijkt. Als de laag dikker wordt en de algen minder ruimte hebben, sterven ze af. De cyanobacteriën vormen dan vervolgens een groenachtige, stinkende brij. Bij het afsterven produceert deze bacteriën giftige stoffen, die schadelijk kunnen zijn voor mens en dier. Deze komen via de mond het lichaam binnen, van blootstelling via de huid is geen sprake.

zwemmersjeuk



Bij zwemmersjeuk (cercariëndermatitis of schistosoma dermatitis) verschijnen vreselijk jeukende bultjes. Na ongeveer 12 uur verdwijnt de jeuk meestal. Bij een tweede contact kan de jeuk echter enige weken aanhouden en gepaard gaan met koorts en hoofdpijn. Zwemmersjeuk wordt veroorzaakt door larven van een platworm (*Trichobilharzia ocellata*) die de huid binnendringt. Deze larven zijn in ons land vooral afkomstig van poelslakken, die tussengastheer spelen voor de parasiet. Ieder jaar zijn er in de zomer wel her en der meldingen van zwemmersjeuk. Op zich is zwemmersjeuk geen groot probleem, maar gelet op de overlast wordt de zwemvijver tijdelijk gesloten. De exploitant kan dan ondertussen maatregelen nemen om de poelslakken in de vijver te bestrijden.

leptospirose

Leptospirose is een verzamelnaam voor verschillende ziektebeelden, waar onder modderkoorts en de ziekte van Weil. Vooral muizen en ratten zijn besmet, evenwel zonder ziek te zijn, en scheiden de bacterie uit via de urine. Dit fenomeen kan weken tot jaren duren en zo de omgeving besmetten. Door in besmette vijvers te zwemmen pikt men dan de bacterie op. De symptomen zijn sufheid, braken, diarree, geelzucht, nerveuze verschijnselen en bloedverlies met de urine. Het is toom houden van de rattenpopulatie door een goede hygiëne zoals het verwijderen van afval is aangewezen. Wanneer patiënten met leptospirose besmet zijn geraakt in een bepaalde zwemvijver wordt zwemmen in deze vijver tijdelijk verboden.

botulisme

Botulisme komt in Vlaanderen niet veel voor. Het wordt veroorzaakt door kadavers van dode vissen en eenden in het water. In de meeste gevallen is deze bacterie niet schadelijk voor mensen. Blijf echter voorzichtig als u gaat zwemmen of surfen in water waarin dode dieren drijven. Als besmet water wordt gedronken kan dit ernstige ziekteverschijnselen veroorzaken, zoals acute verlammingen beginnend in het aangezicht en zo verder afdalend. Verlamming van de ademhalingspijpen is de voornaamste doodsoorzaak. Het is dus erg belangrijk dat die kadavers zo snel mogelijk worden opgeruimd. Dat betekent dat wanneer verdachte verschijnselen zoals dode eenden zich voordoen een negatief zwemadvies of zwemverbod zal worden gegeven.

zwemmersoor



Na het zwemmen in oppervlaktewater of in niet voldoende gechlloreerde zwembaden doen zich soms huidinfecties voor met als bekendste de ontsteking van de haarzakjes (folliculitis) en die van het buitenoor (otitis externa). Buitenoorontsteking is een ontsteking van de huid van de uitwendige gehoorgang waarbij het oor gevoelig is en kan jeuken. *Pseudomonas aeruginosa* komt van nature voor in zoet en zout water. Vooral als de temperatuur van het water hoger is dan 18°C kunnen hoge concentraties van deze bacterie voorkomen. Beheersmaatregelen zijn nauwelijks mogelijk. Wanneer er te veel klachten zijn dan is het te overwegen het zwemmen tijdelijk te ontraden. Slechts zelden wordt de infectie levensbedreigend, in die gevallen ging het om ouderen met suikerziekte of om mensen met een verminderde afweer.

amoeben-meningo-encephalitis

Sommige vrijlevende amoeben (*Naegleria fowleri*, *Acanthamoeben* en *Balamuthia mandrillaris*), eencellige micro-organismen, kunnen amoeben-meningo-encephalitis veroorzaken, een ernstige ontsteking van de hersenen met meestal een dodelijke afloop (3-7 dagen na het begin van de eerste symptomen). Deze amoeben leven in warm, zoet water. Gelukkig is deze ziekte zeldzaam. De laatste melding in België dateert uit de jaren zeventig van de vorige eeuw. Toen werd één geval gerapporteerd volgend op het zwemmen in een zwemvijver waarin koelwater werd geloosd. Ook in het buitenland zijn de meldingen vooral gelinkt aan zwemmen in de warme vijvers. In Vlaanderen krijgen zwemvijvers waarin koelwater wordt geloosd geen uitbatingsvergunning.

kwal



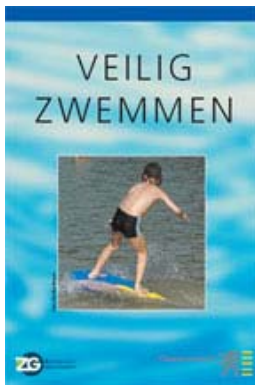
Kwallen zijn neteldieren die zich door de stroming van het water laten meedrijven. Hun tentakels bevatten netelcellen, die bij aanraking gif afgeven. Voor mensen betekent contact met een kwal meestal een pijnlijke, rode plek op arm of been die lang pijnlijk blijft. De tentakels blijven dikwijls achter in de huid. Het is zaak om resten van deze tentakels zo snel mogelijk met een pincet te verwijderen. Daarna moeten de netelcellen inactief worden gemaakt, zodat zij geen gif meer afgeven. Het beste middel hierbij is azijn. Spoel zeker de huid nooit met zoet water, want dit kan de netelcellen juist aanzetten tot het injecteren van achtergebleven gif.

pieterman

Op dit ogenblik zijn er ongeveer 250 giftige vissoorten bekend. Gelukkig houden de meeste soorten alleen van een tropische omgeving. Uitzondering op deze regel is de pieterman. Deze komt ook voor aan de Vlaamse kust en behoort tot de meest giftige dieren van Europa. De pieterman heeft een aantal doornige stekels bij zijn rugvin. De vis graaft zich in het zand in, alleen de ogen en rugvinnen steken boven het zand uit, loerend op prooien. Stapt een bader op de vis, dan veroorzaakt het gif een flinke stekende pijn. De voet zwelt op, in erge gevallen ook de klieren. Slachtoffers van de vis kunnen het best zo snel mogelijk naar de EHBO-post op het strand gaan. Daar wordt de wond behandeld met heet water, zodat het gif terug uit de wonde loopt. Een bezoek aan de dokter blijft een aanrader.

advies

Het advies voor de komende warme dagen is:



- houdt het zwemwater in de gaten door op internet te kijken of er een negatief zwemadvies is;
- heeft het water een vreemde kleur of geur of drijven er dode dieren in, blijf dan uit het water;
- ga niet zwemmen als u twijfelt aan de waterkwaliteit;
- ga ook niet zwemmen als u zich wat slapjes voelt of minder weerstand tegen ziekten hebt;
- probeer zo weinig mogelijk zwemwater binnen te krijgen;
- als er waarschuwingsborden nabij het water staan, lees deze dan aandachtig en houdt rekening met de raadgevingen;
- zwem nooit alleen;
- ga niet zwemmen in drijfslagen van algen (vettige groene laag op het water);
- duik niet als het water troebel is, je ziet niet hoe diep of ondiep het water wel is.

Als u de bovengenoemde punten in acht neemt zal het risico op besmetting zo klein mogelijk blijven.

Meer weten?

www.kwaliteitzwemwater.be

Brochures:

'Veilig zwemmen' gratis aan te vragen op toezichtvolksgezondheid@vlaanderen.be of op 02 553 36 71

'De nieuwe zwemwaterrichtlijn – een vooruitblik' gratis aan te vragen op info@vmm.be of op 053 72 64 45

Nieuwsbrief

- [Inhoud](#)
- [Gezondheidskosten](#)
- [Lokaal overleg Genk-Zuid](#)
- [Hitte en Ozon](#)
- [Zwemmen is gezond, maar...](#)
- [De Blauwe Vlag](#)
- [Rook niet bij mij](#)

- [Nieuwsbrief](#)
- [Archief](#)
- [De Sneeuwbal](#)
- [Inschrijven](#)
- [Auteursrichtlijnen](#)
- [Redactie](#)

© Copyright 2009 Steunpunt Milieu en Gezondheid