

Herpes

Genitale herpes is een zeer besmettelijke soa, die wordt veroorzaakt door het herpesvirus. Zodra besmet, blijft het [virus](#) [1] levenslang in je lichaam aanwezig. Of je al dan niet klachten krijgt, is voor iedereen verschillend. Je kunt je hele leven besmet zijn en toch geen [symptomen](#) [2] hebben, maar je kunt ook heel regelmatig een opflakking van symptomen krijgen. Ook zonder symptomen ben je [besmettelijk](#) [3].

Twee types herpesvirus

Er bestaan twee types van het herpesvirus die door seksueel contact kunnen worden doorgegeven. **Herpes genitalis** doet zich voor op de geslachtsdelen. **Herpes labialis** (of koortslip) zit op de lippen. Bij [orale seks](#) [4] met een koortslip kun je deze herpes doorgeven. De soa gaat zich dan op de geslachtsdelen van je sekspartner nestelen en daar dezelfde klachten geven. En omgekeerd.

Symptomen van herpes

Herpes is te herkennen aan kleine, pijnlijke **blaasjes of zweertjes op of in de aars, vagina, penis of in de bilstreek**. Herpes kan ook blaasjes geven **in de mond of op de lippen**, of op moeilijk zichtbare plaatsen zoals de baarmoedermond. Zowel vrouwen als mannen hebben naast de typische blaasjes vaak ook last van een **branderig of pijnlijk gevoel tijdens het plassen**.

Een opstoot van het herpesvirus verloopt hetzelfde bij vrouwen en mannen:

- Het begint met een prikkelend en tintelend gevoel op de plaats waar de besmetting heeft plaatsgevonden.
- Dan wordt de huid roder en stilaan vormt zich een blaasje gevuld met vocht.
- Het blaasje springt na enkele dagen open er er ontstaat een zweertje dat na enkele dagen opdroogt.
- Er komt een korstje op het blaasje, dat na enkele dagen afvalt. De huid geneest perfect.

Na gemiddeld zeven tot tien dagen zijn alle symptomen verdwenen. Maar dat wil niet zeggen dat het virus is verdwenen. Herpes is zeer onvoorspelbaar. Je kunt al twee dagen na de besmetting symptomen hebben, maar het kan evengoed pas jaren later zijn, of zelfs nooit.

Herpes opsporen

Herpes kan worden opgespoord met een [soa-test](#) [5]. De arts kan gemakkelijk met het blote oog zien of je bent besmet met herpes. Het is ook zinvol om je te laten testen op herpes wanneer je [zwanger](#) [6] bent.

Herpes behandelen

Er bestaat geen geneesmiddel voor herpes. Het virus blijft levenslang in je lichaam. [Menstruatie](#) [7], griep, een slechte weerstand of stress kan een nieuwe herpesaanval uitlokken.

Er bestaan wel **medicijnen die de duur en de hevigheid van de symptomen verminderen**. Je moet dan snel na het begin van de klachten starten met de [behandeling](#) [8]. De eerste aanval van het herpesvirus is meteen de meest ernstige. Enkele adviezen:

- Als je een aanval hebt van herpesblaasjes, hou je ze het best zo droog mogelijk. Het is daarom beter om geen crèmes op de letsels aan te brengen.
- Crèmes voor een koortslip werken niet voor genitale herpes.
- Je kunt wel zelf de letsels aanstippen met verdunde eosine (te verkrijgen bij elke [apotheker](#) [9]). Daardoor drogen de blaasjes uit en verdwijnen ze sneller.
- Heb je verschillende opflakkingen kort na elkaar? Overleg dan met je arts of je in aanmerking komt voor een langdurige behandeling.

Je sekspartner verwittigen

Vertel je huidige en recente sekspartner(s) dat je drager bent van het virus. Want zelfs wanneer je geen blaasjes hebt, kun je het virus overdragen. Doe je dat liever niet? Bespreek dat dan met je arts. Die kan hen inlichten via een brief partnernotificatie zodat jij anoniem blijft.

Het is belangrijk dat je als koppel goed bent geïnformeerd over het verloop van een herpesbesmetting. Een virale soa zoals herpes kan je relatie onder druk zetten. Toch kan je seksleven even bevredigend blijven, zelfs als je herpes hebt.

Herpes voorkomen

Je kunt niet echt veel doen om een besmetting te voorkomen. Een [condoom](#) [10] helpt niet 100% omdat de letsels overal op de geslachtsdelen kunnen voorkomen. Het virus is ook over te dragen via je vingers of mond. Vrij dus ook [veilig tijdens orale seks](#) [11].

Volgende tips kunnen helpen:

Het **enige wat helpt is geen seks wanneer een van de sekspartners koortsblaasjes heeft**. Want dan is de kans op besmetting het grootst.

- Gebruik een condoom of beflapje bij pijpen en beffen. Het verlaagt aanzienlijk het risico op een besmetting.
- Raak de blaasjes, wondjes of korstjes niet aan. Gebeurt het toch? Was dan grondig je handen.

- Slik bij een aanval van herpes zo snel mogelijk de medicijnen.

Herpes tijdens de zwangerschap

Voor een pasgeboren baby kan herpes erg gevaarlijk zijn. Heb je een aanval van [herpes tijdens de zwangerschap](#) [6], ga dan onmiddellijk naar je [huisarts](#) [12] of verloskundige.

Meer informatie of hulp nodig?

Meer informatie of hulp rond herpes vind je bij:

- [Huisarts](#) [12]: eerste aanspreekpunt voor informatie en testen op soa's en hiv.
- [Gezondheid.be](#) [13]: kwalitatieve en bruikbare informatie over gezondheidsthema's, inclusief soa's en hiv.

Bron-URL: <https://www.seksualiteit.be/soas/overzicht-soas/herpes>
