

Nog enkele raadgevingen

- Men vermijdt best de “antidiarreïca” en “intestinale antiseptica” die in lokale apotheken verkocht worden, en die meestal ondoeltreffend of zelfs gevaarlijk zijn.
- Er zijn onvoldoende bewijzen dat probiotica (b.v. *Saccharomyces boulardii*, *Lactobacillus casei GG*) doeltreffend zijn ter preventie van reizigersdiarree [zie ook Folia juni 2000].
- Orale anticonceptiva kunnen in geval van diarree, vooral wanneer deze meerdere dagen aanhoudt, minder doeltreffend worden.

Naar Nifuroxazide dans la diarrhée aigue. Un traitement inutile et non judicieux. *La Revue Prescrire* 19, 489-491 (1999)

FLASHES

- ➔ Ter **preventie van hoogteziekte** is het van primordiaal belang te acclimatiseren op intermediaire hoogte, en slechts progressief te stijgen. Medicatie, in het bijzonder acetazolamide of als alternatief in uitzonderlijke omstandigheden dexamethason, kan preventief worden overwogen wanneer boven een hoogte van 3.000 à 4.000 meter, meer dan 500 meter per dag wordt geklommen [*Brit. Med. J.* 317, 1063-1066 (1998) en 321, 267-272 (2000)].
- ➔ Ter **preventie of behandeling van bewegingsziekte** (of „reisziekte”) komen H₁-antihistaminica met een anti-emetisch effect (b.v. difenhydramine, dimenhydrinaat, meclozine of promethazine), metoclopramide of domperidon in aanmerking. Preventief kan men vóór het vertrek één dosis innemen. Bij kinderen jonger dan 2 jaar wordt medicatie tegen bewegingsziekte best vermeden [*Drug and Therapy Perspect.* 17, 6-9 (2001)]. Deze H₁-antihistaminica kunnen uitgesproken sedatie veroorzaken, wat belangrijk kan zijn voor de personen die een voertuig moeten besturen [zie flash elders in dit nummer].
- ➔ Ter **preventie van jetlag** zou **melatonine** nuttig kunnen zijn, maar meer gegevens over doeltreffendheid en veiligheid op lange termijn zijn noodzakelijk. [N.v.d.r.: het afleveren van officinale of magistrale bereidingen die melatonine bevatten, is sedert enkele jaren in België bij ministerieel besluit verboden, zie ook Folia september 1997].
- ➔ Ter **preventie van seksueel overdraagbare aandoeningen** is correct gebruik van een condoom een absolute vereiste; dit wordt best vóór vertrek aangeschaft. Voor hepatitis B biedt een condoom echter maar partiële bescherming gezien het virus ook aanwezig is in b.v. speeksel. Gezien vette hulpstoffen de kwaliteit van het latex van condomen kunnen aantasten, zijn enkel wateroplosbare glijmiddelen toegestaan (b.v. KY gel). Bij personen met latexallergie zijn anafylactische reacties gerapporteerd tijdens seksuele betrekkingen waarbij gebruik werd gemaakt van een condoom op basis van latex.