



# Bof

## Wat is bof?

Mensen krijgen bof door het bofvirus. De speekselklier bij het oor raakt dan ontstoken.

### Wat zijn de klachten bij bof?

De klachten bij bof zijn:

- Dikke wang en hals, vaak aan 1 kant van het gezicht
- Pijn in of achter het oor, vooral bij kauwen en slikken
- Droge mond
- Soms koorts
- Soms hoofdpijn

De tijd tussen besmet raken en ziek worden is 12 tot 25 dagen. Meestal ongeveer 17 dagen.

De klachten zijn meestal na een week over.

Hele jonge kinderen kunnen hersenvliesontsteking krijgen. Mannen krijgen soms een ontsteking van de zaadbal. Dit kan als ze na de pubertijd bof krijgen. Hierdoor kan een man minder vruchtbaar worden.

### Hoe kunt u bof krijgen?

Het virus zit in de neus en keel van iemand die besmet is. Door hoesten, niezen en praten, komen kleine druppeltjes met het virus in de lucht. Mensen kunnen deze druppeltjes inademen en besmet raken.

Iemand is al 5 dagen besmettelijk voordat hij zelf ziek wordt. Bof is besmettelijk tot 5 dagen na het begin van de klachten.

Niet iedereen die bof heeft krijgt klachten. Maar ze kunnen dan toch anderen besmetten.

### Wie kan bof krijgen?

Iemand kan bof krijgen als hij niet 2 inenting tegen bof heeft gehad. Door 2 inenting ontstaat een goede bescherming tegen de ziekte.

Soms krijgen mensen die wel ingeënt zijn toch bof. Door de inenting zijn ze wel minder ziek. De kans op hersenvliesontsteking of ontsteking van de zaadbal is dan veel kleiner.

Mensen die bof hebben gehad, krijgen bof niet opnieuw.

### Wat kunt u doen om bof te voorkomen?

De meeste kinderen in Nederland worden ingeënt tegen bof. Ze krijgen 2 keer een BMR-inenting (Bof, Mazelen en Rodehond). Dit gebeurt als kinderen 14 maanden en 9 jaar oud zijn.

Netjes hoesten en niezen kan ook helpen om bof te voorkomen.



Het beste is om een papieren zakdoek te gebruiken  
Geen papieren zakdoek bij de hand? Hoest dan in de plooi van de elleboog  
Leer kinderen ook netjes te hoesten en te niezen



Gooi de zakdoek na gebruik weg



Was regelmatig de handen met water en zeep, zeker na een flinke hoest- of niesbui

### Is bof te behandelen?

Neem contact op met de huisarts als u denkt dat u bof heeft. De huisarts kan onderzoeken of u bof hebt. De ziekte geneest zonder behandeling of medicijnen. Pijnstillers kunnen helpen tegen de pijn.

### Kan iemand met bof naar een kinderdagverblijf, peuterspeelzaal, school of werk?

Voelt iemand zich goed? Dan kan hij kan gewoon naar het kinderdagverblijf, peuterspeelzaal, school of werk. Iemand met bof is al besmettelijk voordat er klachten zijn. Thuisblijven helpt niet om te voorkomen dat anderen ziek worden.

De meeste kinderen zijn ingeënt tegen bof. De kans dat ze bof krijgen is daardoor minder groot.

Heeft uw kind bof? Vertel het dan aan de leidster of de leerkracht. Zij kunnen in overleg met de GGD andere ouders informeren. Ouders kunnen dan letten op klachten van bof bij hun kind.

### Heeft u nog vragen?

Bel dan met GGD Fryslân - afdeling Infectieziektebestrijding.

Van maandag tot en met vrijdag (van 08.30 tot 17.00 uur) zijn de medewerkers telefonisch bereikbaar op 088 22 99 222.

Mailen kan naar [infectieziekten@ggdfryslan.nl](mailto:infectieziekten@ggdfryslan.nl)