



## Meer weten

Deze folder is onderdeel van een serie informatiefolders, die wordt uitgegeven door Alphega apotheek. Deze folders zijn ook online beschikbaar op [www.alphega-apotheek.nl](http://www.alphega-apotheek.nl).

Wilt u meer weten over dit onderwerp, uw gezondheid of de geneesmiddelen die u gebruikt? Kom dan gerust eens langs bij Alphega apotheek. Wij adviseren u graag.

Ook voor geneesmiddelen die u zonder recept koopt, raden we aan te laten controleren of deze samengaan met eventuele andere geneesmiddelen die u al gebruikt. Geef het gebruik van deze zogeheten zelfzorgmiddelen dan ook altijd door aan uw apotheek.



altijd dichtbij

[www.alphega-apotheek.nl](http://www.alphega-apotheek.nl)

# Koortslip



## Wat kunt u er zelf aan doen?

Vraag ons gerust om advies



altijd dichtbij

[www.alphega-apotheek.nl](http://www.alphega-apotheek.nl)

# Koortslip

Lippen zijn het hele jaar door uiterst gevoelig voor invloeden van buitenaf. In de zomer kunnen sterke zonnestralen zorgen voor gesprongen, uitgedroogde of verbrande lippen. In de winter kunnen lippen door kou, vocht en wind ruw en schraal aanvoelen.

## Klachten en symptomen

Bij een koortslip heeft u meestal vrij plotseling last van kleine, doorzichtige, vochthoudende blaasjes op de lip. Vooral vlak voor het ontstaan kunt u last hebben van een kloppend, pijnlijk en branderig gevoel. Korte tijd later ontstaan blaasjes op de lip die met vocht gevuld zijn. Na het openbarsten drogen de blaasjes in en vormen zich wondkorstjes en kloofjes. De plekjes kunnen zich ook rondom de lippen en de neus bevinden. De genezing van de huid duurt ongeveer zeven tot tien dagen.

## Oorzaken

Zonder dat u het merkt, kunt u besmet zijn met het Herpes simplexvirus. Het virus kan bij schraal weer, streng vriesweer, felle zon en een verminderde weerstand van het lichaam actief worden. Dit is bijvoorbeeld het geval bij koorts, vandaar de naam 'koortslip'. Het virus is besmettelijk bij direct contact. Was daarom altijd direct de handen na aanraking van de koortslip. Pas ook op met het op de mond kussen van iemand met een koortslip en vermijd oraal seksueel contact. Om verdere besmetting te voorkomen is het raadzaam niet aan de wondjes te krabben.

Baby's kunnen ernstig ziek worden van het Herpes simplexvirus. Knuffel of kus daarom nooit een baby wanneer u last heeft van een koortslip.

## Wanneer moet u een arts raadplegen?

Als de blaasjes na twee weken nog niet verdwenen zijn, is het raadzaam een arts te raadplegen. Het kan zijn dat er bacteriën in de blaasjes zijn gekomen en dat deze bacteriën nog een andere infectie hebben veroorzaakt. Wanneer de blaasjes op een andere plek op het lichaam voorkomen (vagina, penis, ogen) of als het vocht in de blaasjes niet helder is, is het ook verstandig een huisarts te raadplegen.

## Voorkomen van een koortslip

Vooral aan zee, op het water en in de sneeuw zijn de lippen extra kwetsbaar. Het uitdrogen van de lippen bij vorst, schraal weer en felle zon kunt u voorkomen door ze te beschermen met vet (vaseline) of een lippenbalsem.

Tijdens de wintersport en in de zomer heeft een lipbeschermer met een zonnefilter de voorkeur. Een goede lichamelijke conditie, niet roken, voldoende nachtrust en gevarieerde voeding kunnen ook een gunstig effect hebben.



## Wat kunt u er zelf aan doen?

De genezing van een koortslip is nauwelijks te beïnvloeden. Wel kunt u het schraal worden van de lippen tegengaan door ze vet te houden. Het Herpes simplexvirus raakt u overigens nooit meer kwijt. Bij speciale omstandigheden zoals fel zonlicht, droog weer, vorst en verminderde weerstand kan het virus weer actief worden. U kunt wel de activering voorkomen en de symptomen bestrijden.

## Geneesmiddelen

Voor de behandeling van een koortslip zijn diverse preparaten verkrijgbaar. Direct na het ontstaan kunt u de vochtige blaasjes het beste indrogen met een preparaat dat zinksulfaat of zinkoxide bevat. Het schoonhouden van de wondplekjes zorgt ervoor dat ze sneller genezen. Ingedroogde plekjes kunt u beschermen met een vette lippenbalsem.

In de zomer is het niet verstandig om met een koortslip in de zon te gaan zitten. Dit kan het virus sterk stimuleren. Het gebruik van een water bevattende crème is tijdens de zomer af te raden. Omdat het water door de zon verdampt, drogen uw lippen nog verder uit. Ook het gebruik van water en zeep kan het uitdrogen van de lippen bevorderen.