

# Suppletierichtlijn

## Post-Viraal Syndroom (PVS)

Het post-viraal syndroom (PVS) omvat een uiteenlopend klachtenpatroon als gevolg van het latent actief zijn van een virus. Het syndroom kan bijvoorbeeld optreden na de ziekte van Pfeiffer (Epstein Barr virus) of andere virale infectie. Symptomen als ernstige vermoeidheid, spier- en gewrichtspijn en stemmingswisselingen kunnen maanden tot zelfs jaren voortduren. Suppletie is gericht op het ondersteunen van de reguliere behandeling en het verlichten van symptomen.

| Nutriënten   | Richtlijn voor dagdosering      | Bewijskracht |
|--|---------------------------------|--------------|
| <b>Essentiële vetzuren: LA, GLA, EPA en DHA</b><br>Antiviraal<br>Verhoogt interferonproductie, kan symptomen verminderen | 4.000 mg LA, GLA, EPA en/of DHA | ● ●          |
| <b>Lactoferrine</b><br>Versterkt de virale afweer  | 2 x daags 400 mg                | ● ◐          |
| <b>Beta 1,3 glucaan</b><br>Beschermt tegen virussen  | 2 x daags 60 mg                 | ●            |
| <b>Shii take (Lentinula edodes)-extract</b><br>Antiviraal  | Minimaal 300 mg                 | ●            |
| <b>Vitamine C</b><br>Antivirale werking tegen herpes simplex type 1, een mogelijke veroorzaker van PVS                   | Minimaal 2.000 mg               | ●            |
| <b>Sint-Janskruid (Hypericum perforatum)-extract</b><br>Versterkt de virale afweer                                       | 600-1.800 mg                    | ●            |

### Gerelateerde suppletierichtlijnen

- Chronisch Vermoeidheidssyndroom
- Ziekte van Pfeiffer

### Aandachtspunten

- Bij PVS wordt vaak een deficiëntie gezien van co-enzym Q10 en zink.
- Bij het gebruik van medicijnen, zie 'Overzicht geneesmiddelen – voedingsstatus – suppletie' voor mogelijke interacties.

### Belangrijkste referenties

- Behan PO et al. Effect of high doses of essential fatty acids on the postviral fatigue syndrome. *Acta Neurol Scand.* 1990 Sep;82(3):209-16.
- Horrobin. Essential Fatty Acids, Immunity and Viral Infections. *Journal of Nutritional Medicine*, 1990;1:145-151.
- Horrobin. Post-Viral Fatigue Syndrome, Viral Infections in Atopic Eczema, and Essential Fatty Acids. *Med Hypotheses*, 1990;32:211-217.
- Orsi N. The antimicrobial activity of lactoferrin: current status and perspectives. *Biometals*. 2004 Jun;17(3):189-96.
- Redwan el-RM et al. Camel lactoferrin markedly inhibits hepatitis C virus genotype 4 infection of human peripheral blood leukocytes. *J Immunoassay Immunochem.* 2007;28(3):267-77.
- Carvalho CA et al. Inhibition of Mayaro virus infection by bovine lactoferrin. *Virology*. 2014 Mar;452-453:297-302. doi: 10.1016/j.virol.2014.01.022. Epub 2014 Feb 19.
- Rincão VP et al. Polysaccharide and extracts from *Lentinula edodes*: structural features and antiviral activity. *Viol J.* 2012 Feb 15;9:37. doi: 10.1186/1743-422X-9-37
- Chihara G. Recent progress in immunopharmacology and therapeutic effects of polysaccharides. *Dev Biol Stand.* 1992;77:191-7.
- Brinkevich SD et al. Radical-regulating and antiviral properties of ascorbic acid and its derivatives. *Bioorg Med Chem Lett.* 2012 Apr 1;22(7):2424-7. doi: 10.1016/j.bmcl.2012.02.022. Epub 2012 Feb 16.
- Pang R et al. In vitro anti-hepatitis B virus effect of *Hypericum perforatum* L. *J Huazhong Univ Sci Technol Med Sci.* 2010 Feb;30(1):98-102.