

Suppletierichtlijn **Ziekte van Pfeiffer**

De ziekte van Pfeiffer, ook wel mononucleosis infectiosa, klierkoorts of kissing disease genoemd, is een infectie met het Epstein-Barr virus. De bekendste symptomen zijn koorts, malaise, keelpijn, hoofdpijn, opgezette klieren en vermoeidheid. Bij bloedonderzoek blijkt dat de meeste mensen met de ziekte van Pfeiffer tijdelijk afwijkende leverfuncties hebben. Als gevolg van de virusinfectie kunnen levercellen licht ontstoken raken. Er is in dat geval sprake van een lichte vorm van hepatitis (leverontsteking). In zeldzame gevallen kan hierdoor geelzucht ontstaan. Bij oedeem rond de ogen, geelzucht, moeheid, pijn in de gewrichten en huiduitslag dient men dan ook bedacht te zijn op een infectie met het Epstein-Barr virus. Binnen 6 weken tot 6 maanden verdwijnen de symptomen doorgaans vanzelf. Vermoeidheid blijft echter vaak langer bestaan. De kans dat de ziekte van Pfeiffer voor ergere klachten zorgt, is groter bij een sterk verminderde weerstand. Suppletie is gericht op de ondersteuning van de immuunfunctie en de lever.

Nutriënten	Richtlijn voor dagdosering	Bewijskracht
Zink Ondersteunt de immuunrespons	15 - 45 mg*	● ●
Vitamine D Activeert neutrofielen, monocytten en natural killer cellen Helpt C-reactive protein (CRP) en Malondialdehyde (MDA) te verminderen	25 - 100 mcg (1000-4000 IE)	● ●
Probiotica: multi-strain, multi-species Ondersteunt het aangeboren en verworven immuunsysteem Helpt de leverenzymen Aspartaat aminotransferase (AST) en Alanine aminotransferase (ALT), cholesterol, en ontstekingsmarkers verlagen	Minimaal 1x10 ¹⁰ cfu	● ●
Mariadistel (<i>Silybum-marianum</i>)-extract Beschermt de lever Helpt markers van levercirrose waaronder enzymlevels en concentratie TNF-α te verbeteren	160 - 800 mg	● ◐
Geelwortel (<i>Curcuma longa</i>)-extract Helpt leverschade te verminderen Anti-oxidant Ontstekingsremmend	2 x daags 500 mg	● ◐
Taurine Taurine Ondersteunt de leverfunctie als er sprake is van hepatitis	1,5 - 4 g	● ◐

* Zie inleiding 'Richtlijn voor dosering en gebruik'.

Gerelateerde suppletierichtlijnen

- Verzwakte immuniteit
- Levercirrose
- Detoxificatie lever

Aandachtspunten

- Bij het gebruik van medicijnen, zie tabel 1 voor mogelijke interacties.
- Per individu kan het soort en de dosering van een probioticum dat helpt, verschillen. Het adviseren van meerdere soorten en stammen (multi-species, multi-strain) vergroot de kans op succes.
- Het is niet noodzakelijk om thuis te blijven van werk of school. Voldoende rust nemen is belangrijk als er sprake is van vermoeidheid. Dit is erg verschillend per persoon.
- Bij voorkeur alcoholgebruik vermijden. Zeker als er sprake is van een opgezette, pijnlijke lever en/of verhoogde leverwaardes.
- Voldoende drinken en vet met mate gebruiken.
- Om besmetting van anderen te voorkomen is het aan te raden de hand voor de mond te houden bij hoesten of niezen, niet te zoenen met mensen die de ziekte van Pfeiffer nog niet gehad hebben en het gemeenschappelijk gebruik van tandenborstels, bestek en bekers/glazen te vermijden.

Belangrijkste referenties

- Wei F et al. Meta-analysis: silymarin and its combination therapy for the treatment of chronic hepatitis B. *Eur J Clin Microbiol Infect Dis.* 2013 May;32(5):657-69. Epub 2012 Dec 18.
- Kostek H et al. Silibinin and its hepatoprotective action from the perspective of a toxicologist. *Przegl Lek.* 2012;69(8):541-3.
- Matsuoka S et al. Zinc supplementation improves the outcome of chronic hepatitis C and liver cirrhosis. *J Clin Biochem Nutr.* 2009 Nov;45(3):292-303.
- Vetvicka V et al. Natural immunomodulators and their stimulation of immune reaction: true or false? *Anticancer Res.* 2014 May;34(5):2275-82.
- Di Rosa M et al. Vitamin D3: a helpful immuno-modulator. *Immunology.* 2011 Oct;134(2):123-39.
- Vitaliti G et al. The immunomodulatory effect of probiotics beyond atopy: an update. *J Asthma.* 2014 Apr; 51(3):320-32. Epub 2013 Dec 17.
- Ma YY et al. Effects of probiotics on nonalcoholic fatty liver disease: A meta-analysis. *World Journal of Gastroenterology.* 2013. 19(40): p. 6911-6918.
- Hu, Y.H., et al., Dietary amino acid taurine ameliorates liver injury in chronic hepatitis patients. *Amino Acids*, 2008. 35(2): p. 469-73.
- Gupta SC et al. Curcumin, a component of turmeric: from farm to pharmacy. *Biofactors.* 2013 Jan-Feb;39(1): 2-13. Epub 2013 Jan 22.
- Rivera-Espinoza Y et al. Pharmacological actions of curcumin in liver diseases or damage. *Liver Int.* 2009 Nov;29(10):1457-66.