

- Reizigers moeten na terugkeer uit een gebied endemisch voor malaria 6 maand wachten alvorens bloed te geven dat gebruik wordt voor donatie van volbloed of

bloedbestanddelen (malariapatiënten moeten 3 jaar wachten). Deze uitsluiting geldt niet wanneer het alleen gaat om plasmadonatie.

Flashes

- Ter preventie van **bewegingsziekte** (reisziekte) kan voor gevoelige personen medicamenteuze preventie overwogen worden. H1-antihistaminica met een anti-emetisch effect (o.a. promethazine, difenhydramine, dimenhydrinaat, meclozine) of gastroprokinetica (metoclopramide, domperidon) ½ tot 1 uur vóór het vertrek zijn hierbij de eerste keuze; er bestaat in België een combinatiepreparaat van het H1-antihistaminicum cinnarizine met domperidon (Touristil®). Bij langere reizen kan na 6 uur een tweede dosis overwogen worden. Tijdens de zwangerschap mogen deze middelen ook gebruikt worden, behalve domperidon waarvoor de gegevens te beperkt zijn [zie Folia juni 2002]. Voor kinderen jonger dan 2 jaar wordt medicatie tegen bewegingsziekte best vermeden wegens gebrek aan klinische gegevens; bovendien treedt bewegingsziekte slechts zelden op bij deze kinderen. Sommige H1-antihistaminica kunnen een uitgesproken sedatie veroorzaken (let op bv. bij het besturen van een wagen).

- Uit een recent overzichtsartikel over **jet-lag** in de *Lancet* [2007;369:1117-29] blijkt

nogmaals dat er geen eenduidige remedie is om jet-lag te voorkómen of te behandelen. Naast enkele niet-medicamenteuze maatregelen, raden sommigen melatonine aan. In verband met melatonine bij jet-lag blijven tegenstrijdige resultaten verschijnen: een Cochrane review vond evidentie van een gunstig effect [zie Folia april 2004], in tegenstelling tot een recente meta-analyse [*Brit Med J* 2006; 332:385-8, met editoriaal 2006;332:373-4]. Daarenboven is weinig bekend over het veiligheidsprofiel van melatonine; er zijn suggesties dat melatonine het effect van orale anticoagulantia tegengaat, en dat het de convulsiedrempel verlaagt.

Sinds 1997 bestond er in België een verbod om geneesmiddelen op basis van melatonine af te leveren. Vorig jaar werd dit verbod opgeheven (Belgisch Staatsblad van 9 mei 2006). Dit betekent dat melatonine nu wel kan worden afgeleverd: het bestaat in België echter niet als specialiteit (en voor zover we kunnen nagaan ook nergens anders in de wereld), maar het kan magistraal worden voorgeschreven. De verkoop van voedingsmiddelen die melatonine bevatten, blijft verboden.