

Coronavirus (COVID-19)

informatiebrochure

Hygiëadvies voor patiënten in thuisisolatie

Inhoudstafel

1. Inleiding	4
2. Bezoek bij de (vermoedelijk) besmette persoon	4
3. Vermijd verspreiding met deze (huishoud)tips	5
4. Bijkomende vragen	8
5. Persoonlijke notities	8

1. Inleiding

Het is belangrijk dat de verzorging van personen die (vermoedelijk) besmet zijn met het coronavirus (COVID-19) thuis gegarandeerd blijft.

Thuisisolatie en verzorging in de eigen omgeving genieten de voorkeur bij een vermoeden of bevestiging van het coronavirus. Alle diensten moeten kunnen blijven langskomen bij deze persoon.

Van het ogenblik dat een test is afgenomen, gaan we uit van een vermoedelijke besmetting en wordt de persoon verzorgd alsof hij/zij besmet zou zijn.

Na een test zal je **telefonisch gecontacteerd worden bij een positief resultaat**, dus wanneer je effectief besmet bent met het coronavirus.

2. Bezoek bij de (vermoedelijk) besmette persoon

De besmette persoon verblijft zo veel als mogelijk in een **aparte kamer** en verlaat zijn woning niet.

Vermijd elk bezoek aan huis!

Eventueel essentieel bezoek houdt **minstens 1,5 meter afstand** en draagt bij voorkeur een masker en handschoenen. Bij het verlaten van de kamer/woning past hij/zij **handhygiëne** toe (= handen wassen).

Ook in deze bijzondere omstandigheden is aandacht voor het welbevinden van de persoon erg belangrijk. Bezoek ter plaatse kan vervangen worden door extra telefonisch contact of maak gebruik van multimedia.

3. Vermijd verspreiding met deze (huishoud)tips

Als je ziek bent door het coronavirus (COVID-19) of als er vermoed wordt dat je besmet bent met het coronavirus, dat wil zeggen dat je symptomen vertoont, volg dan **onderstaand advies van de overheidsinstanties** om verspreiding van het coronavirus naar andere mensen in je huishouden en gemeenschap te vermijden.

Blijf thuis zolang er symptomen zijn

Je moet je **activiteiten buitenshuis beperken**. Ga niet naar je werk, school of openbare plaatsen. Gebruik geen openbaar vervoer. Vermijd elk bezoek aan huis.

Volg je symptomen op

Als je **symptomen verergeren** (bv. ademhalingsproblemen, hoge koorts ...), bel dan je huisarts om een raadpleging in te plannen. Als je rechtstreeks naar een spoedgevallendienst gaat, informeer dan bij de receptie dat je een COVID-19 patiënt bent. Dan kunnen maatregelen worden genomen om contact met andere mensen te voorkomen.

Als een lid van je huishouden symptomen begint te ervaren (bv. koorts, hoest ...), neem dan contact op met je arts.

Blijf uit de buurt van je naasten

Neem indien mogelijk een **aparte en goed geventileerde kamer** in, inclusief om te slapen. Vermijd zoveel mogelijk gemeenschappelijke kamers van het huis. Indien beschikbaar, gebruik een andere badkamer en toilet dan de overige gezinsleden.

Verlucht de woonruimtes

Open enkele keren per dag gedurende 30 minuten de ramen van de kamer waar de zieke verblijft.

Draag een mondmasker

In aanwezigheid van anderen, **draag een chirurgisch masker** of blijf op een **afstand van meer dan 1,5 meter** of, bij gebrek hieraan, gebruik een sjaal of andere doek die de mond bedekt. Het virus wordt overgedragen door druppeltjes tijdens het spreken, hoesten, niezen ... over een afstand van 1,5 meter. Als je een doek gebruikt, moet je deze dagelijks wassen op 60°C. Als je een chirurgisch masker gebruikt, gooi je het direct in een vuilnisbak wanneer je het verwisselt (verwissel na het dragen gedurende 8 uur).

Bedek je neus en mond als je hoest of niest

Gebruik hiervoor een **stoffen of papieren zakdoek**. Als je die niet bij de hand hebt, hoest of nies dan in de vouw van de elleboog, de binnenkant van je trui ...

Gooi de papieren zakdoek onmiddellijk weg / doe de stoffen zakdoek in een stoffen zak die je aan het einde van de dag wast op 60°C. Was daarna je handen.

Was je handen

Was je handen telkens je gehoest of geniesd hebt, na elk toiletbezoek en telkens je vuile doeken hebt vastgenomen, ... en ook, meerdere keren per dag, met water en zeep of een hydro-alcoholische oplossing (met minimaal 60% van alcohol). Wrijf ze gedurende minstens 20 seconden en droog ze vervolgens. Je huisgenoten moeten ook regelmatig hun handen wassen en vermijden dat ze hun ogen, neus en mond met ongewassen handen aanraken. Geef de voorkeur aan wegwerphanddoeken om je handen te drogen of was je stoffen handdoeken zodra ze nat zijn (verzamel ze in een stoffen zak en plaats de zak in de wasmachine).

Linnen wassen

Linnen dient steeds als besmet beschouwd te worden. Verwijder het vuil linnen onmiddellijk in (afgesloten) linnenmand. Linnen wordt bij voorkeur **gewassen op 60° (of hoger)**. Draag handschoenen en een masker bij het behandelen van wasgoed en pas daarna handhygiëne toe.

Deel geen objecten

Deel geen borden, mokken, tandenborstels, handdoeken of beddengoed met andere personen. Na gebruik van deze objecten moet je ze grondig wassen met water en zeep. Trek niet aan de sigaret van iemand anders. Neem je maaltijden apart.

Poetsen en ontsmetten van kamers en oppervlakken

De **kamers van zieke personen** moeten dagelijks **gereinigd en ontsmet** worden met een product dat actief is tegen COVID-19, bv. water dat 1% bleekwater bevat (doe 10 ml bleekwater in een fles van 1 liter en vul deze vervolgens met leidingwater).

Bij het **poetsen en ontsmetten** van de kamers moet er aandacht zijn voor:

- Frequenter reinigen/desinfecteren van:
 - De 'high touch' punten: deurklink, telefoon/gsm, lichtsakelaar, oppervlakken zoals tafel, afstandsbediening ...
 - Het sanitair (zeker spoelknop, handsteun, kraan ...)
- Gebruik minimaal één propere doek en proper (zeep)water per kamer.
- Was dagelijks de 'besmette' schoonmaakdoeken en -moppen gescheiden en op een zo hoog mogelijke temperatuur, droog ze in de droogkast.

Waar mogelijk, reinig eenmaal per dag **oppervlakken** (bv. tafel, nachtkastje, deurklink, toiletbril, vloer ...), met water dat 1% bleekwater bevat.

Schoonmaken toilet na stoelgang

Indien mogelijk gaat de besmette persoon naar een **aparte badkamer en toilet**. Als dat niet kan, hou je rekening met volgende richtlijnen. Sluit het WC deksel na stoelgang, spoel door, wacht 5 minuten. Reinig vervolgens het toilet met water dat 1% bleekwater bevat (doe 10 ml bleekwater in een fles van 1 liter en vul deze vervolgens met leidingwater). Meng geen chloorhoudende producten met een ander schoonmaakmiddel. Neem de nodige handhygiëne in acht.

Eetgerei afwassen

Eetgerei wordt best **machinaal afgewassen**. Indien er geen afwasmachine is, kan het eetgerei met de hand afgewassen worden met heet water en afwasmiddel.

Afval van besmette persoon

Gooi al het afval dat in aanraking is geweest met de besmette persoon in een **aparte afgesloten afvalzak** die best voorzien is in de kamer. Voer het af met de rest van het huishoudelijk afval. Was na het verwijderen van de afvalzak de handen.

De **duur van deze maatregelen** wordt besproken met de huisarts, maar ze zijn minstens van toepassing totdat de symptomen verdwenen zijn en voor minimum 7 dagen.

4. Bijkomende vragen

- Surf naar het **informatieplatform van de overheid**, met continu geüpdatete informatie: www.info-coronavirus.be
- Of bel naar het **federale callcenter**: 0800/14689

5. Persoonlijke notities

.....

.....

.....

.....

.....

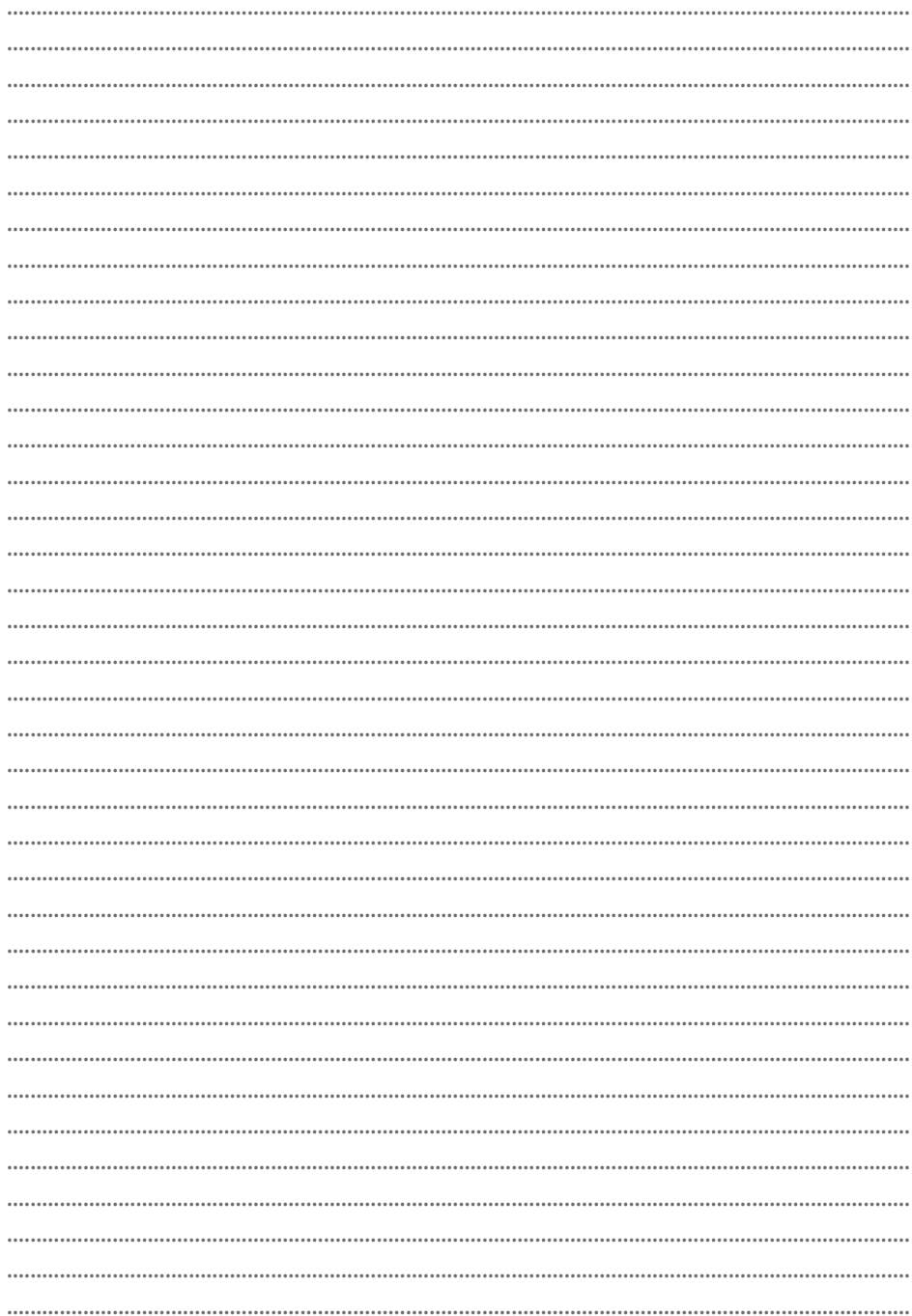
.....

.....

.....

.....

.....





Inhoudsverantwoordelijke: Ilse Cornelis - PR- en communicatieverantwoordelijke • VU: Koen Vanraeynest - algemeen directeur • Versiedatum: 30 maart 2020



Algemeen Ziekenhuis Sint-Jozef Malle

Warm in zorg, professioneel in handelen

Oude Liersebaan 4 • 2390 Malle • tel. 03 380 20 11
azsintjosef@emmaus.be • www.azsintjosef-malle.be

NIAZ Qmentum geaccrediteerd

AZ Sint-Jozef Malle maakt deel uit van vzw Emmaüs

