

HYGIËNEADVIES VOOR DE OMGEVING VAN EEN ATIËNT MET SYMPTOMEN VAN COVID-19 DIE THUIS GEÏSOLEERD IS

Versie 19 maart 2020

Als iemand in uw omgeving **COVID-19 heeft**, volg dan het onderstaande advies om te voorkomen dat het virus zich verspreidt naar anderen in uw huishouden (mensen bij u thuis) en uw omgeving.

Voorkom besmetting

Volg uw gezondheid op

- Bel uw huisarts om een afspraak te maken als u symptomen hebt (bijvoorbeeld ademhalingsproblemen, koorts, hoesten, keelpijn,...).

Blijf uit de buurt van de zieke

- Vermijd nauw contact met de zieke. Indien mogelijk zorgt slechts één persoon voor de zieke.
- Voorkom dat mensen met chronische luchtwegaandoeningen, mensen met immuunproblemen en ouderen met de zieke in contact komen. Indien nodig moet tijdelijk een alternatieve verblijfplaats voor hen gezocht worden.
- Gebruik, indien beschikbaar, een andere badkamer en een ander toilet dan de zieke. Als dit niet mogelijk is, moet de zieke als laatste gebruik maken van de badkamer/het toilet en, als zijn of haar gezondheidstoestand het toelaat, deze na gebruik desinfecteren.
- Neem uw maaltijden apart. Deel geen eet- en drinkgerei (bestek, borden, mokken, glazen,...), tandenborstels, handdoeken of beddengoed met de zieke. Trek niet aan de sigaret van de zieke.
- In aanwezigheid van anderen dient de zieke de mond en neus te bedekken met een doek, sjaal of stoffen herbruikbaar mondkapje. Blijf anders op een afstand van meer dan 1,5 meter.
- Het dragen van een mondkapje door contacten van de zieke biedt geen bescherming tegen infectie.
- Open zo vaak mogelijk de ramen van de kamers waar de zieke verblijft.

Persoonlijke hygiëne

Bedek uw neus en mond als u hoest of niest
Gebruik hiervoor een stoffen of papieren zakdoek. Als u die niet bij de hand hebt, hoest of nies dan in de plooi van uw elleboog, de binnenkant van uw trui,... Gooi papieren zakdoeken onmiddellijk weg in een vuilnisbak met deksel. Was daarna uw handen.

Was uw handen

Vermijd het aanraken van uw ogen, neus en mond met ongewassen handen.
Was uw handen meerdere keren per dag met water en zeep gedurende 40 tot 60 seconden.
Droog uw handen af met propere handdoeken, die niet door de zieke gebruikt worden. Was de handdoeken zodra ze vochtig zijn.

Toiletbezoek

Als u het toilet deelt met de zieke, desinfecteer het toilet dan grondig voor elk gebruik. Klap het deksel naar beneden voordat u het toilet doorspoelt. Of uw handen nu zichtbaar vervuild zijn met urine/ stoelgang of niet, was ze nadien met water en zeep. Droog ze af met een propere handdoek.

Desinfecteer oppervlakken

Waar mogelijk, reinig eenmaal per dag oppervlakken die veel aangeraakt worden (bv. tafel, nachtkastje, deurklink, toiletbril, vloer,...) met water dat 1% bleekwater (=javel) bevat (doe 10 ml bleekwater (=1 soeplepel) in een fles van 1 liter en vul deze vervolgens met kraanwater).