

Covid-19

WAT MOET JE DOEN ALS JE ZIEK BENT EN THUIS MOET BLIJVEN?



Blijf thuis en heb zo weinig mogelijk contact met anderen, ook niet met familie. Slaap alleen. Laat alleen bezoek binnen als het echt nodig is en raak anderen zo weinig mogelijk aan. Ga niet naar school, niet naar het werk en niet naar een openbare plaats.



Gebruik altijd papieren zakdoekjes. Gebruik een zakdoek maar 1 keer. Gooi hem daarna direct weg in een gesloten vuilnisbak.



Moet je hoesten of niezen? **Doe dat in de binnenkant van je elleboog** of bedek je mond met een papieren zakdoek.



Was je handen zo veel mogelijk met water en zeep. Was ze altijd direct na het hoesten, niezen of snuiten van je neus.

WORDEN JE SYMPTOMEN ERGER (BV. PROBLEMEN MET ADEMHALEN, HOGE KOORTS, ..)?

Bel dan je huisarts.

Moet je naar het ziekenhuis? Bel eerst naar het algemene nummer en zeg dat je een Covid-19-patiënt bent. De dokters en verplegers maken zich dan klaar. Zo besmet je geen andere mensen.

LEES MEER OP

www.info-coronavirus.be

Covid-19

WAT MOET JE DOEN ALS IEMAND UIT JE FAMILIE OF VAN JE VRIENDEN ZIEK IS?

- ✓ Raak de zieke zo weinig mogelijk aan. Laat maar 1 persoon uit de omgeving voor de zieke zorgen.
- ✓ Laat iemand anders voor de zieke zorgen als je:
 - ouder bent dan 65 jaar
 - diabetes hebt of al lang iets hebt aan je hart, nieren of longen
 - zelf gevoelig bent voor infecties
- ✓ Zorg voor frisse lucht binnen: zet het raam van de patiënt een paar keer per dag 30 minuten open.
- ✓ Was vaak je handen. Raak je ogen, neus of mond alleen aan met gewassen handen.
- ✓ Eet apart en gebruik nooit dezelfde spullen (borden, messen, glazen, ...) als de zieke. Gebruik ook niet hetzelfde handdoek of lakens.
- ✓ Desinfecteer plaatsen die je veel aanraakt 1 keer per dag met javelwater van 1%, bijvoorbeeld tafel, nachtkastje, deurklink, wc-bril. Doe hiervoor 1 eetlepel bleekmiddel (javel) in 1 liter water.

Volg deze regels tot de zieke geen symptomen meer heeft (koorts, spierpijn, ...).

LEES MEER OP

www.info-coronavirus.be