

Informatie voor mensen die in het zelfde huis wonen met iemand die Corona-virus (COVID-19) heeft.

Beste meneer, mevrouw,

U krijgt deze brief omdat u woont bij iemand die het Corona-virus heeft.
Lees deze brief goed door.
Er staat belangrijke informatie in deze brief.

U moet **14 dagen thuis blijven**, omdat u besmet kunt zijn met het Corona-virus.
U heeft nu misschien geen klachten, maar kunt al besmettelijk zijn.

In deze brief staan regels waaraan u zich moet houden.
Dit kan soms best moeilijk zijn.
De persoon die bij u in huis woont en het Corona-virus heeft krijgt een aparte brief met informatie.

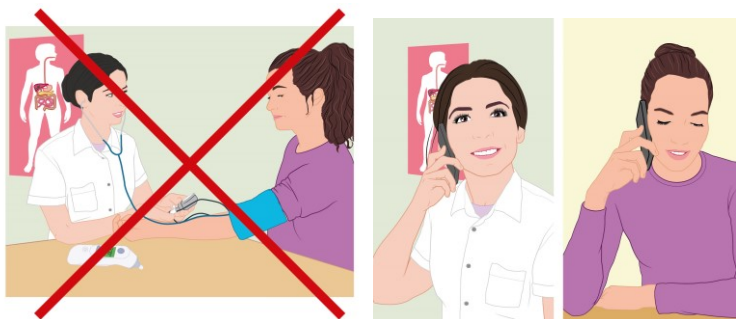
Iedereen die bij u in huis woont houdt zich aan de regels.
Zo kan het virus niet verder verspreiden en andere mensen besmetten.

Regels als u met iemand in huis woont die het Corona-virus heeft

Blijf thuis en ontvang geen bezoek



- U mag niet naar buiten, naar school, of naar het werk.
- Laat andere mensen boodschappen voor u doen.
- Kan dit niet? Dan mag u wel even naar buiten om boodschappen te doen. Dit kan alleen als u geen klachten heeft. Houd 1,5 meter afstand en raak niemand aan.
- U mag in uw tuin of op uw balkon zitten.
- Er mag niemand bij u op bezoek komen, behalve voor medische hulp(bijvoorbeeld huisarts, GGD).
- Alleen de mensen die bij u wonen, mogen met u in huis zijn.



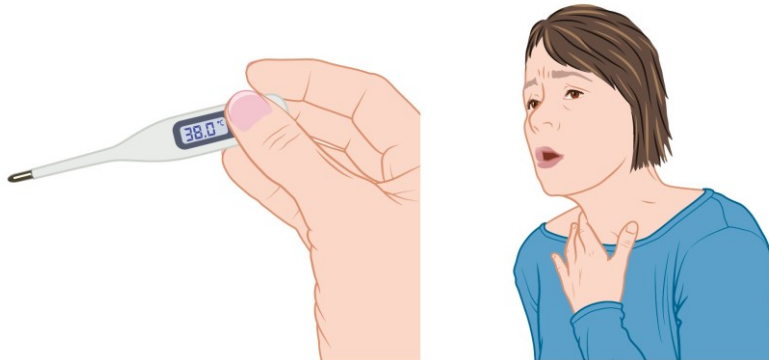
- Heeft u medische hulp nodig voor andere klachten dan het Corona-virus? Ga dan niet naar de huisarts of het ziekenhuis. Bel eerst uw arts. Vertel aan de arts dat u thuis moet blijven door het Corona-virus.
- U blijft thuis als u zelf klachten heeft. Bel dan met de GGD.
- Als u weer het huis uit mag, volg dan de algemene regels tegen het Corona-virus. Kijk op [Rijksoverheid.nl](https://www.rijksoverheid.nl) voor meer informatie

Heeft u nog vragen?

Heeft u nog vragen? Neem dan contact op met de GGD in uw regio of kijk op [Coronavirus COVID-19 op Rijksoverheid.nl](https://www.rijksoverheid.nl).

Het team infectieziekten van GGD Zuid Limburg is te bereiken op nummer 088-8805005 (voor openingstijden zie [de website van de GGD](https://www.ggd-zuidlimburg.nl)).

Let op gezondheidsklachten

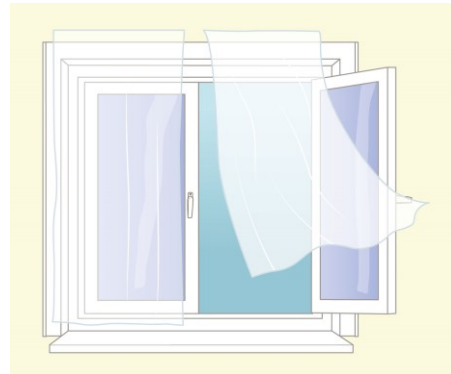
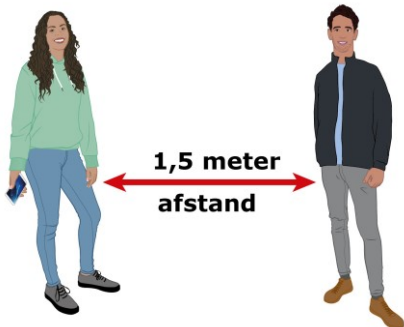


- Heeft u last van klachten die lijken op het Corona-virus? Bel dan met de GGD. Als het nodig is, wordt u getest op het Corona-virus.
- U kunt de volgende klachten krijgen van het Corona-virus:
 - verkoudheidsklachten (neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn)
 - hoesten
 - plotseling slecht kunnen ruiken en proeven
 - moeilijk kunnen adem halen
 - verhoging óf koorts boven de 38 graden.
- Bent u ernstig ziek en heeft u medische hulp nodig? Ga niet naar de huisarts of het ziekenhuis toe. Bel direct de huisarts.

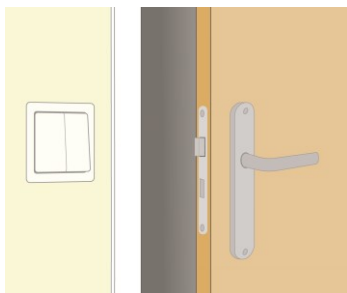
De GGD belt u na een week en na twee weken, om te horen hoe het met u gaat.

- Als u denkt dat u koorts heeft, meet dan uw temperatuur met een thermometer. U kunt meten in uw poepgat of uw oor. U heeft koorts als u een temperatuur heeft van 38 graden of hoger.
- Als er kinderen bij u wonen, let dan elke dag op of ze klachten krijgen.

Hoe ga ik om met de persoon die het Corona-virus heeft?



- Slaap apart van elkaar, het liefst in een andere kamer.
- Probeer zo weinig mogelijk in dezelfde kamer van de persoon met het Corona-virus te zijn.
- U bent zo weinig mogelijk bij andere mensen in huis in de buurt.
- U blijft op 1,5 meter afstand van de persoon met het Corona-virus. Dus niet knuffelen, niet zoenen en geen seks.
- Als u meer dan 15 minuten dichtbij de persoon met het Corona-virus bent, dan moet u opnieuw 14 dagen thuis blijven.
- Gebruik niet het bestek, borden, bekens en glazen van de zieke persoon.
- Gebruik niet de tandenborstel van de zieke persoon.
- Als er meer badkamers en Wc's in het huis zijn, gebruik dan een andere WC en een andere badkamer dan de zieke persoon.
- Maak de WC en de badkamer elke dag schoon.



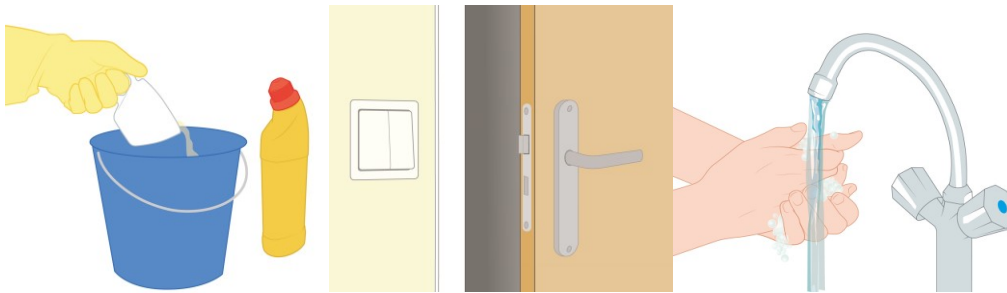
- Maak ook de kraan, lichtknoppen en deurklink schoon. Was daarna uw handen met water en zeep.
- Zet in de kamers waar u bent een paar keer per dag 30 minuten een raam open. Zo komt er frisse lucht binnen.

Hoesten en niezen in uw elleboog en handen wassen



- Was regelmatig uw handen met water en zeep. Doe dit altijd:
 - na hoesten en niezen
 - nadat u op de WC bent geweest
 - na het schoonmaken en opruimen
 - voor het koken en eten
- Gebruik voor het hoesten een papieren zakdoek. Hebt u geen papieren zakdoek bij de hand? Hoest dan in uw elleboog.
- Gebruik een zakdoek maar 1 keer en gooi de zakdoek daarna in de afvalbak. Was daarna uw handen.

Zorg voor een schoon huis



- Maak de dingen die u veel gebruikt elke dag schoon, zoals nachtkastjes, deurklinken en lichtknopjes.
- Maak eerst met gewoon schoonmaakmiddel schoon.
- Maak daarna alles schoon wat u veel aanraakt met uw handen met bleekwater. Zoals de doorspoelknop van de wc, deurklinken en lichtknopjes.
- Pak hiervoor een emmer met 5 liter water. Doe hier een kopje bleekwater in.
- Bleekwater kunt u in de supermarkt kopen.
- Doe na het schoonmaken de schoonmaakdoek direct in de was. Was de schoonmaakdoek op 40 graden of warmer.
- Was daarna uw handen met water en zeep.

Zorg voor schone spullen

- Zorg dat andere mensen uw poep, spuug, snot, zweet en urine niet aanraken.
- Doe de was van de persoon met het Corona-virus in een aparte wasmand
- Doe de was op 40 graden of warmer in de wasmachine
- Was met een heel wasprogramma en normaal wasmiddel.
- Doe uw afwas in de vaatwasmachine op een uitgebreid wasprogramma.
- Heeft u geen vaatwasser? Doe de afwas van de persoon met het Corona-virus apart van de andere afwas, met afwasmiddel en heet water.
- Laat de persoon met het Corona-virus afval in een aparte afvalzak in de eigen kamer gooien. De zak mag gewoon in de (grijze) afvalbak voor het restafval.