

contact

telefoon

+32 (0)9 332 07 00

e-mail

infectiepreventie@uzgent.be

ons kenmerk

datum

2 april 2020

pagina

1/4

Hygiënerichtlijnen voor COVID-19-patiënten na ontslag

Geachte mevrouw

Geachte heer

U werd in het UZ Gent opgenomen voor een infectie met COVID-19. Het is belangrijk dat u volgende richtlijnen thuis naleeft om anderen in uw omgeving niet te besmetten. Ook als u zelf genezen verklaard bent of aan de betere hand kan u het virus immers nog doorgeven. Dat gebeurt via speekseldruppeltjes, door contact met besmette oppervlakken en via de stoelgang. Daarom raden we u ten stelligste aan deze richtlijnen aan te houden tot de einddatum die vermeld staat in uw ontslagbrief.

1. Hygiënerichtlijnen voor de patiënt

Blijf thuis zolang u symptomen hebt

Beperk uw activiteiten buitenshuis. Ga niet naar het werk, naar school of naar openbare plaatsen. Gebruik het openbaar vervoer niet. Vermijd elk bezoek bij u thuis en ga niet bij anderen op bezoek.

Blijf uit de buurt van uw naasten

Verblijf indien mogelijk in een aparte en goed geventileerde kamer, ook om te slapen. Blijf zoveel mogelijk weg uit de andere kamers van het huis. Gebruik een andere badkamer en een ander toilet dan de overige gezinsleden als dat kan. Kan het niet, dan moet u als laatste gebruikmaken van de badkamer en het toilet en die na gebruik desinfecteren als uw gezondheidstoestand dat toelaat.

TEAM INFECTIEPREVENTIE

Coördinator

Prof. dr. I. Leroux-Roels

Leden

Dr. J. Boelens

Dr. A. Aerssens

P. De Waegemaeker

R. Ablorh

E. De Brabandere

A. De Cnijf

INGANG 12

ROUTE 1407



Universitair Ziekenhuis Gent

C. Heymanslaan 10 | B 9000 Gent

www.uzgent.be

Beperk verdere verspreiding

- Het virus wordt overgedragen door druppeltjes tijdens het spreken, hoesten, niezen,... tot 1,5 meter ver. Blijf daarom op een afstand van minstens 1,5 meter en bedek uw mond en neus in aanwezigheid van anderen. Vermits er een gebrek is aan mondmaskers, gebruikt u daarvoor een sjaal, een andere doek of een herbruikbaar stoffen mondkapje. Die moeten dagelijks op 60 graden gewassen worden.
- U kan zelf een mondmasker maken. Een patroon en instructies vindt u op maakjemondmasker.be.
- Was altijd uw handen met water en zeep nadat u het mondmasker afdoet. Droog uw handen af met een schone (hand)doek.

Verlucht de leefruimtes

Verlucht de ruimte waar u verblijft zo vaak mogelijk.

Bedek uw neus en mond als u hoest of niest

Gebruik een stoffen of papieren zakdoek als u hoest of niest. Hebt u die niet bij de hand, hoest of nies dan in de plooi van uw elleboog, de binnenkant van uw trui ...

Gooi papieren zakdoeken onmiddellijk weg in een afgesloten vuilniszak of -emmer. Doe de stoffen zakdoek in een afgesloten stoffen zak die u aan het einde van de dag wast. Was uw handen grondig na afloop.

Was uw handen

Was uw handen elke keer grondig na het hoesten of niezen, na elk toiletbezoek en telkens u vuile doeken (bijvoorbeeld een zakdoek) hebt vastgenomen. Tussentussenin wast u ook meerdere keren per dag de handen.

Handen wassen moet u 40 tot 60 seconden lang doen met water en zeep. Geef de voorkeur aan wegwerpdoekjes om uw handen te drogen, of gebruik per persoon een handdoek. Die moet u wassen zodra die vochtig is. Verzamel de handdoeken in een afgesloten stoffen zak en was die zak in de wasmachine op 60 graden.

Deel geen voorwerpen

Deel geen eet- en drinkgerei (bestek, borden, mokken, glazen ...), tandenborstels, handdoeken of beddengoed met andere personen. Na gebruik moet u alles grondig reinigen.

Deel geen sigaret met anderen.

Eet niet samen met uw huisgenoten maar neem uw maaltijden apart.

Desinfecteer oppervlakken

Reinig indien mogelijk eenmaal per dag de oppervlakken die veel aangeraakt worden – tafel, nachtkastje, deurklink, toiletbril, vloer ... – met water dat 1 % bleekwater (javel) bevat. Doe 10 ml bleekwater of 1 soeplepel in een fles van 1 liter en vul die vervolgens met kraanwater.

Vergeet ook niet uw gsm, toetsenbord en afstandsbediening te reinigen.

Was kledij grondig

Kledij wordt bij voorkeur gewassen op 60 graden. Als dat niet mogelijk is, hangt u het kledingstuk na de wasbeurt enkele uren buiten.

Respecteer hygiëne bij toiletbezoek

Sluit de wc-bril voor u doorspoelt. Was na elk toiletbezoek grondig de handen met water en zeep. Droog ze af met een schone doek.

Reinig het toilet dagelijks met water dat 1 % bleekwater (javel) bevat. Doe 10 ml bleekwater of 1 soeplepel in een fles van 1 liter en vul die vervolgens met kraanwater.

2. Hygiënerichtlijnen voor de omgeving van de patiënt

Huisgenoten die geen klachten hebben hoeven niet in isolatie en kunnen gaan werken of naar school. Wie in de gezondheidszorg werkt, draagt gedurende 14 dagen een mondmasker op het werk. Er wordt niet systematisch getest om besmetting uit te sluiten.

Om verdere verspreiding van het COVID-19-virus tegen te gaan, is het heel belangrijk dat de huisgenoten de **richtlijnen zoals hierboven beschreven** even nauwkeurig naleven als de (ex-)patiënt:

- **Hou minstens 1,5 meter afstand en draag indien nodig een mondmasker**
- **Verlucht de leefruimtes**
- **Bedek uw neus en mond als u hoest of niest**
- **Was geregeld grondig de handen**
Raak uw ogen, neus en mond niet aan met ongewassen handen. Droog de handen met een doek die u als enige gebruikt.
- **Deel geen voorwerpen**
- **Desinfecteer oppervlakten**
- **Respecteer de hygiëne bij een toiletbezoek**

Vermijd nauw contact met de patiënt

Vermijd nauw contact met de patiënt die ontslagen werd uit het ziekenhuis zolang hij of zij symptomen vertoont. Als verdere zorg nodig is na het ontslag, gebeurt die indien mogelijk door slechts één persoon. Verblijf in andere ruimtes dan de patiënt en gebruik indien mogelijk een andere badkamer en toilet. Kan dat niet, desinfecteer dan grondig zoals hierboven beschreven. Hou mensen met chronische luchtwegaandoeningen, immuniteitsproblemen (verminderde weerstand) en ouderen weg bij de zieke.

Volg uw gezondheid op

Bel uw huisarts zodra u symptomen hebt zoals ademhalingsproblemen, koorts, hoesten, keelpijn ...

Psychologische ondersteuning

Uw opname in het UZ Gent en de ziekteperiode die u doormaakt(e) kunnen ingrijpend zijn voor u en uw omgeving. Als u merkt dat u ermee blijft worstelen en nood hebt om er met een

psycholoog over te praten, dan kan u mailen naar psychologen@uzgent.be of uw arts om een verwijzing vragen.

Hebt u nog vragen?

Contacteer het team Infectiepreventie:

infectiepreventie@uzgent.be

Tel. 09 332 07 00

Met vriendelijke groeten

Prof. dr. I. Leroux-Roels

Arts Ziekenhuishygiëne
Coördinator Team Infectiepreventie

Dr. A. Aerssens

Arts - Epidemioloog