



Noord- en Oost-Gelderland



Informatie voor (overige) contacten van positief geteste COVID-19-patiënt

Beste meneer, mevrouw,

U krijgt deze informatie omdat u contact heeft gehad met een patiënt met COVID-19. U moet uw gezondheid extra goed in de gaten houden, omdat u nog ziek kunt worden tot en met 10 dagen na het laatste contact met deze persoon.

U kunt klachten krijgen die passen bij COVID-19, zoals:

- Verkoudheidsklachten; neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn
- (Licht) hoesten
- Plotseling verlies van geur en/of smaak
- Kortademigheid/benauwdheid
- Verhoging óf koorts boven de 38 graden

We vragen u om met de volgende dingen rekening te houden **tot en met 10 dagen na het laatste contact** met deze persoon:

Hygiëne

- Was regelmatig uw handen met water en zeep. Doe dit altijd:
 - Na hoesten en niezen
 - Nadat u op het toilet bent geweest
 - Na het schoonmaken en opruimen
 - Voor het eten
- Gebruik voor het hoesten een papieren zakdoek. Heeft u geen papieren zakdoek bij de hand? Hoest dan in de plooi van uw elleboog.
- Gebruik een zakdoek maar 1 keer en gooi de zakdoek na gebruik weg. Was daarna uw handen.

Afstand en social distancing

- Vermijd drukte.
- Houd 1,5 meter afstand van anderen.
- Werk zoveel mogelijk thuis.

Krijgt u klachten?

- Belangrijk: let op of u klachten krijgt. Als u **klachten** krijgt, mag u **niet naar buiten**. Neem dan **per telefoon** contact op met het landelijk nummer: **0800-1202**. Als dat nodig is, wordt u getest op COVID-19. U blijft thuis en u heeft geen contact met anderen, totdat de testuitslag bekend is.
- De meest voorkomende klachten die passen bij COVID-19 zijn: verkoudheidsklachten (neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn), (licht) hoesten, plotseling verlies van geur en/of smaak, kortademigheid/benauwdheid, verhoging óf koorts boven de 38 graden. Indien u deze klachten krijgt, maar ook bij andere klachten, belt u de huisarts of GGD.
- Bij een vermoeden van koorts meet u uw temperatuur (rectaal of via het oor); koorts is een temperatuur van 38,0 °Celsius of hoger.

Bent u ernstig ziek of heeft u medische hulp nodig? Ga niet naar de huisarts of het ziekenhuis toe, maar bel direct de huisarts.

Als u **geen klachten** krijgt binnen 14 dagen na het laatste contact met de patiënt, dan gelden de algemene adviezen die op dat moment gelden in Nederland rondom COVID-19. Zie [Rijksoverheid.nl](https://rijksoverheid.nl).

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

Het team infectieziekten van GGD Noord- en Oost-Gelderland is te bereiken via tel. 088 - 443 37 77.