



Afdeling Publieke Gezondheid - Bonaire

Brief voor huisgenoten van iemand met het Corona-virus

Beste meneer, mevrouw,

U krijgt deze brief omdat u bij iemand in huis woont die het Corona-virus heeft. Lees deze brief goed door. In deze brief staan regels waaraan u zich moet houden als u:

- **Geen Coronavaccin heeft gehad**
- **Geen Corona heeft gehad en één Coronavaccin heeft gehad**
- **Twee Coronavaccine heeft gehad, maar heeft de tweede minder dan 2 weken geleden gehad**
- **Langer dan den half jaar geleden Corona heeft gehad**

U kunt door uw huisgenoot besmet zijn met het Corona-virus. U heeft misschien nu geen klachten maar kunt al wel besmettelijk zijn voor andere mensen. Daarom moet u **10 dagen thuis blijven**. We noemen dit quarantaine.

Testen op dag 5

U kunt zich **op of na dag 5** nadat u voor het laatst dichtbij de huisgenoot met het Corona-virus was laten testen. U wordt door ons COVID-team gebeld voor een afspraak.

Als blijkt dat u geen Corona-virus heeft, hoeft u niet meer thuis te blijven.

U moet nog wel:

- Houd u strikt aan de algemeen geldende maatregelen.
- Blijf ook op klachten letten als u weer naar buiten mag.
- Zorg dat u 10 dagen geen contact heeft met oude of zieke mensen.
- Als u met oude of zieke mensen werkt, overleg met uw werkgever of u aan het werk kan.

Als blijkt dat u besmet bent met het Corona-virus moet u thuisblijven. De afdeling Publieke Gezondheid neemt met u contact op om de maatregelen te bespreken.

Testen bij klachten

U kunt klachten krijgen, zoals:

- verkoudheidsklachten (neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn)
- hoesten
- plotseling slecht kunnen ruiken en proeven
- moeilijk kunnen adem halen
- verhoging of koorts

Krijgt u één of meer van deze klachten? **Laat u dan testen en blijf thuis** ook als u eerder een negatieve testuitslag had. Maak een testafspraak via **0800-0800**.

Bent u ernstig ziek en heeft u medische hulp nodig?

Ga niet naar de huisarts of het ziekenhuis toe. Bel direct de huisarts. Vertel aan de arts dat uw huisgenoot het Corona-virus heeft.

Kinderen

Voor kinderen t/m 6 jaar geldt hetzelfde beleid Alleen een test op dag 5 is niet nodig

Door u medewerking kunt u geen andere mensen besmetten en kan het virus niet verder verspreiden.

Wij danken u voor uw hulp

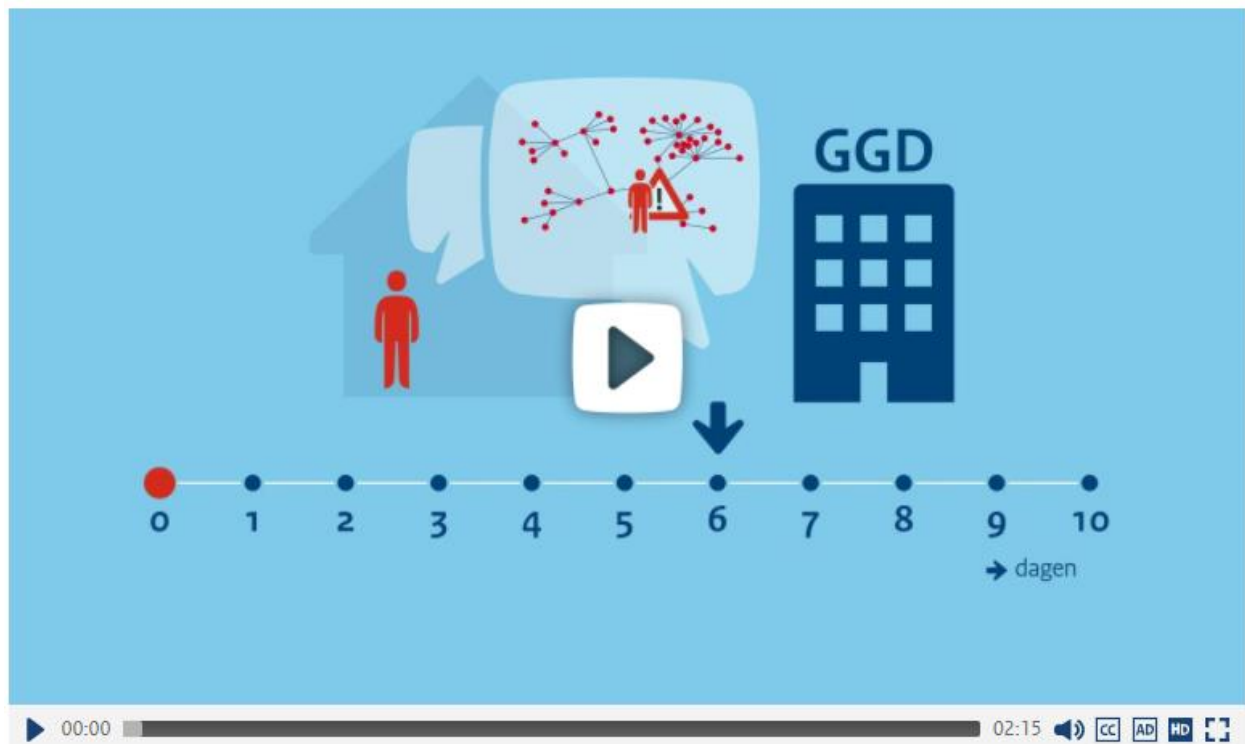
Heeft u nog vragen?

Bel dan de afdeling Publieke gezondheid op **0800-0800**.

Niet vergeten

Het is belangrijk om op dag 1 uw huisarts en op dag 5 uw verzekeringsarts (WhatsApp +599 7810391) te informeren dat u in quarantaine zit.

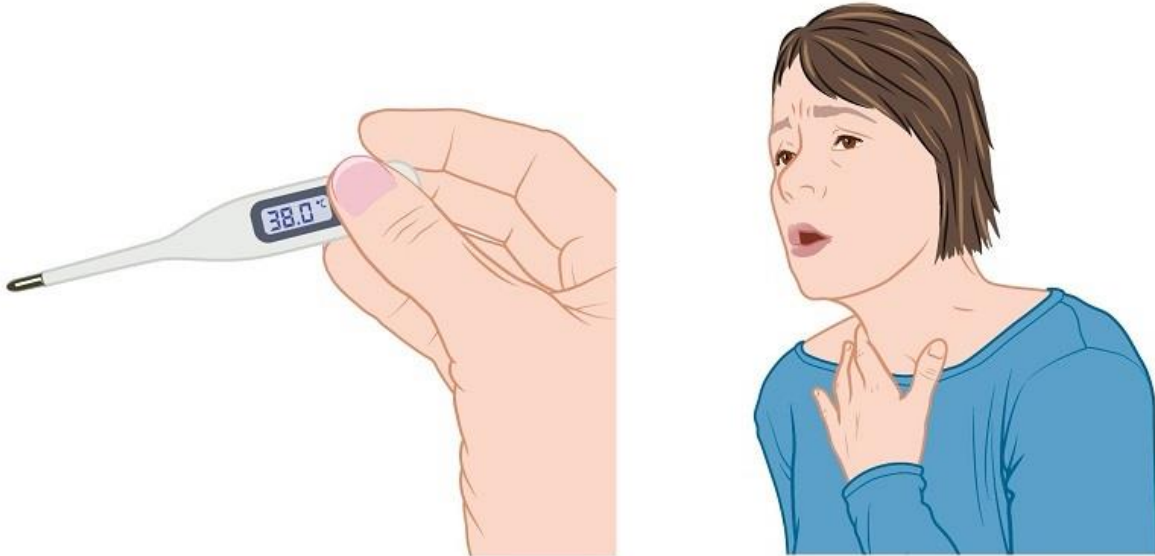
Quarantaine



Dit filmpje [Video Hoe werkt quarantaine? | RIVM](#) wordt uitgelegd hoe quarantaine werkt. Op Bonaire is direct testen niet nodig. Alleen testen op dag 5 of bij klachten.

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

Let op gezondheidsklachten



- Heeft u last van klachten die lijken op het Corona-virus?
Bel dan voor een testafspraken 0800-0800.
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 of koorts.
- Bent u ernstig ziek en heeft u medische hulp nodig?
 - Ga niet naar de huisarts of het ziekenhuis toe.
 - **Bel** direct de huisarts en of de huisartsenpost (+599) 717 0111 (werkdagen 18.00-0.00; weekend 08.00-0.00 uur) of de Spoedeisende Hulp van het ziekenhuis Fundashon Mariadal (+599) 715 8900 (alle dagen tussen 0.00-08.00 uur).
 - Vertel dat u thuis moet blijven omdat u in quarantaine zit
- Als u denkt dat u koorts heeft, meet dan uw temperatuur met een thermometer. 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 met de mensen om die bij mij in huis wonen?



Het is belangrijk dat u zich aan de regels houdt, zo voorkomt u dat u besmet raakt met het Corona-virus.

- Slaap apart van elkaar, het liefst in een andere kamer.
- Probeer zo weinig mogelijk in dezelfde kamer als 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.
- Gebruik niet het bestek, borden, bekers en glazen van de zieke persoon.
- Gebruik niet de tandenborstel van de persoon met het Corona-virus.
- Als er meer badkamers en WC's in het huis zijn, gebruik dan een andere WC en een andere badkamer dan de persoon met het Corona-virus.
- 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.

Zorg voor een schoon huis



- Maak de dingen die u veel aanraakt elke dag schoon, zoals de doorspoelknop van de wc, deurklinken en lichtknoppen.
- Maak met gewoon schoonmaakmiddel schoon.
- Doe na het schoonmaken de schoonmaakdoek direct in de was. Was de schoonmaakdoek met heet water (40 graden of warmer).
- Was daarna uw handen met water en zeep.

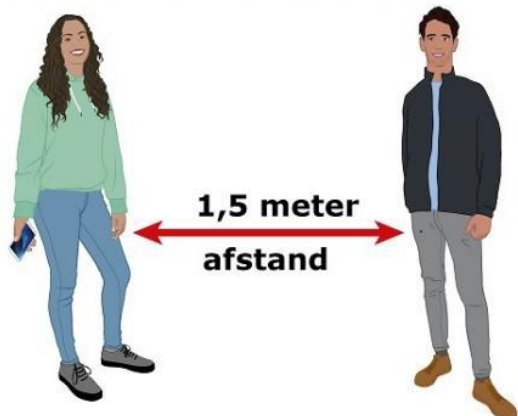
Zorg voor schone spullen

- 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 in heet water (40 graden of warmer) in de wasmachine, met een heel wasprogramma en normaal wasmiddel.
- Doe de afwas met afwasmiddel. in heet water
- Doe de afwas van de persoon met het Corona-virus apart van de andere afwas.
- 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.

Algemeen geldende maatregelen

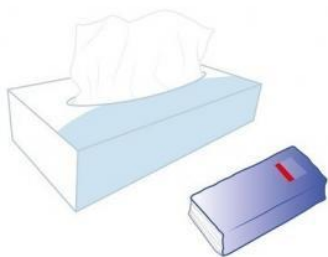
Afstand houden

- Blijf weg bij drukke plekken.
- Blijf op 1,5 meter afstand van andere mensen.
- Werk zoveel mogelijk thuis.



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.
- Heeft u geen papieren zakdoek bij de hand? Hoest dan in uw elleboog.
- Gebruik een zakdoek maar 1 keer en gooi de zakdoek in de afvalbak.
- Was daarna uw handen.