

# IK HAD CONTACT MET EEN COVID POSITIEF PERSOON. WAT NU?

Deze informatie is gebaseerd op de richtlijnen van Sciensano.

## 1. Onderscheid tussen hoog risico contacten en laag risico contacten

**Hoog risico contacten of nauwe contacten** zijn personen waarbij het risico op besmetting als 'hoog' beschouwd wordt. Nauwe contacten zijn bijvoorbeeld een huisgenoot, een collega die naast de patiënt zit op kantoor, een vriend(in),...

Voorbeeld: Een persoon met een cumulatief contact van minstens 15 minuten binnen een afstand van <1,5 m ('face to face') waarbij het mondkapje bij één van de personen niet correct gebruikt is.

**Laag risico contacten** zijn personen waarbij het risico op besmetting als 'laag' beschouwd wordt.

Voorbeeld 1: Een persoon die meer dan 15 minuten contact heeft gehad met een COVID-19 patiënt op een afstand van <1,5 m ('face to face'), maar waarbij beiden adequaat een mondkapje hebben gebruikt (neus en mond bedekt).

Voorbeeld 2: een persoon die zich in dezelfde kamer/gesloten omgeving bevond met een COVID-19 patiënt, maar daarbij minder dan 15 minuten binnen een afstand van <1,5m was. Dit omvat, onder andere, de hele afdeling in een kinderkribbe/kleuterschool (<6 jaar), mensen die in dezelfde ruimte werken of samen in een wachtkamer zaten.

Voorbeeld 3: hoog risico contacten van de nauwe contacten van de indexpatiënt zijn laag risico contacten en hoeven bijgevolg niet in quarantaine.

De contact tracing beslist wie een hoog risico contact of laag risico contact is.

## 2. Wat zijn de maatregelen voor hoog-risico contacten?

- Vanaf 21 oktober wordt je als hoog-risico contacten niet meer getest, tenzij je symptomen vertoont.
- Je gaat 10 dagen in quarantaine. Na deze 10 dagen ben je nog voor minstens 4 dagen waakzaam. Waakzaam wil zeggen dat je nog een aantal maatregelen zeker in acht moet nemen (zie verder)
- De begindag van deze 10 dagen is het laatste hoog-risico contact, of de laatste dag dat je in een rode zone in het buitenland verbleef.
- Je ontvangt thuis **geen bezoek**.

- Bel je huisarts wanneer je **symptomen** zoals hoesten of koorts krijgt.
- Tijdens de 10-daagse quarantaineperiode EN de 4 dagen na het einde van de quarantaine moeten de volgende **maatregelen** worden genomen:
  - ▶ Bijzondere aandacht voor basishygiënemaatregelen
  - ▶ Je mag je woning enkel verlaten voor strikt noodzakelijke aankopen (bv. voeding en geneesmiddelen). Je draagt hierbij altijd een mondkapje en vermijdt contact met anderen.
  - ▶ De contacten moeten hun gezondheid zorgvuldig in de gaten houden (zelfcontrole). Als er symptomen optreden, moet de huisarts (telefonisch) worden gecontacteerd om de noodzaak van een test te beoordelen.
  - ▶ Sociale contacten moeten tijdens de quarantaineperiode worden vermeden en tijdens de 4 dagen na afloop van de quarantaineperiode zoveel mogelijk beperkt. Er moet steeds een afstand van 1,5 m worden gehouden.
- Indien tijdens de quarantaineperiode een huisgenoot symptomen ontwikkelt begint de periode van 10 dagen opnieuw voor de asymptomatische huisgenoten die aan deze nieuwe patiënt werden blootgesteld, vanaf het laatste contact.

### 3. Testing

#### Testing van hoog risico contacten

- Vanaf 21 oktober wordt je als hoog-risico patiënt niet meer getest, behalve indien je symptomen vertoont. Dit geldt tot en met 15 november.
- Bel je huisarts wanneer je symptomen zoals hoesten of koorts krijgt.
- De huisarts geeft aan waar de test afgenomen wordt (bv. in praktijk of testcentrum).

#### Testing van laag risico contacten

- Afname van een test om een infectie uit te sluiten bij asymptomatische personen is niet nodig.
- Bij ontwikkelen van symptomen die compatibel zijn met COVID-19 moet je contact opnemen met je huisarts.

### 4. Ik ben gezondheidswerker, wat nu?

- Het nieuwe testbeleid vanaf 21 oktober geeft een uitzondering aan gezondheidswerkers.
- Indien je, zelfs indien je asymptomatisch bent, kan je jezelf nog steeds op dag 5 laten testen. Bij een negatief resultaat mag de quarantaine stoppen.
- Indien je zorg verleent aan COVID-19 patiënten of je bent een laboratoriummedewerker die stalen van COVID-gevallen hanteert en daarbij de aanbevolen persoonlijke beschermingsmiddelen (PBM) draagt (zie aanbevelingen voor het rationeel gebruik van maskers), wordt je niet beschouwd als contacten. Er geldt wel een algemene aanbeveling om strikte handhygiëne toe te passen en op afgesloten openbare plaatsen een mondkapje te dragen.
- Je wordt beschouwd als een hoog-risico contact als er tijdens de zorg of het medisch onderzoek van een COVID-19 patiënt een contact binnen een afstand van 1,5 m is geweest, zonder gebruik van de aanbevolen persoonlijke beschermingsmiddelen. Met uitzondering van aerosoliserende procedures of langdurige blootstelling aan een bevestigde patiënt zonder masker, wordt het chirurgisch masker als adequaat beschouwd
- Indien je in dezelfde kamer was als een COVID-19 patiënt zonder persoonlijke beschermingsmiddelen, maar nooit binnen 1,5 m van de patiënt, wordt dit beschouwd als een contact met een laag risico.

## 5. Wie schrijft het quarantaine attest en heb je recht op een uitkering als je 10 dagen in quarantaine moet.

- In principe wordt een getuigschrift van quarantaine opgesteld door medewerkers van het **call center** die dat doen op autoriteit van de Regionale Gezondheidsinspecteurs.
- In **afwachting** van het testresultaat kan de huisarts of behandelend arts, indien hij een sterk vermoeden heeft dat het inderdaad COVID-19 betreft, wel al aan de huisgenoten vragen om zoveel mogelijk thuis te blijven (bv. telewerken indien mogelijk). Hij kan hiervoor een tijdelijk getuigschrift van quarantaine opstellen, bv. voor 48u, totdat het testresultaat gekend is.
- Indien het **testresultaat positief** is en de huisarts dit met de besmette patiënt bespreekt, kan hij eventueel al de quarantaine-certificaten (die geïntegreerd zijn in de EMDs) opstellen voor de huisgenoten indien hij ook hun huisarts is.
- **Uitkering bij quarantaine?**
  - ▶ De werknemers uit de particuliere sector en de ambtenaren aan wie gevraagd wordt om in quarantaine te gaan, kunnen nog steeds een loon/wedde ontvangen, op voorwaarde dat telewerk mogelijk is. Dit is volgens het beleid van de werkgever. Het quarantaineattest moet je bezorgen aan je werkgever.
  - ▶ Indien dat niet mogelijk is, kunnen de werknemers uit de particuliere sector een tijdelijke werkloosheidsuitkering wegens het coronavirus ontvangen op basis van het geneeskundig quarantainegetuigschrift dat ze aan de werkgever bezorgen. Dit getuigschrift kan worden gebruikt tot het einde van de voorziene periode voor het specifieke stelsel van tijdelijke werkloosheid wegens het coronavirus.
  - ▶ De zelfstandigen die in quarantaine worden geplaatst en die hun activiteit gedurende tenminste zeven opeenvolgende kalenderdagen stopzetten, kunnen via hun socialeverzekeringsfonds een overbruggingsrecht aanvragen.

## 5. Wat zijn de maatregelen voor laag risico contacten?

### Quarantaine

- Quarantaine is niet nodig voor asymptomatische laag risico contacten.
- Er wordt aanbevolen om de sociale contacten tot een minimum te beperken en 1,5 m afstand te houden.

### Andere maatregelen

- Extra aandacht besteden aan de basis hygiënemaatregelen (bv. was regelmatig je handen, hoest/nies in een zakdoek).
- Voor verplaatsingen buitenshuis moet een mondmasker in textiel gedragen worden voor personen >12 jaar.