

Naar huis met een besmetting met het coronavirus

*U bent opgenomen geweest in het Erasmus MC en positief getest op het coronavirus (SARS-CoV-2 virus). Samen met de artsen en verpleegkundigen is besloten dat u naar huis kunt en dat u thuis **in isolatie** kunt uitzielen. Als uw gezinsleden niet zijn gevaccineerd, moeten zij ook thuisblijven. Als ze wel zijn gevaccineerd, hoeven ze niet thuis te blijven.*

Vervoer

Als u opgehaald wordt door uw naasten, moet u een mondneusmasker dragen bij het verlaten van het ziekenhuis. Dit masker krijgt u van de verpleegkundige.

Wordt u zieker of heeft u medische hulp nodig?

Ga niet naar de huisarts of het ziekenhuis toe, maar **bel** de huisarts. Is er sprake van een levensbedreigende situatie, bel dan 112.

Leefregels

Hieronder geven wij een aantal **leefregels** voor u, zoals deze worden voorgeschreven door het RIVM bij isolatie in huis ten aanzien van het coronavirus.

Als u niet meer opgenomen bent en in uw eigen woonomgeving verblijft, dan gelden de regels van het RIVM. Zij hebben speciale regels voor patiënten die positief zijn getest en ook voor huisgenoten.

Lees alstublieft de informatie op de website van het RIVM goed door. Als u niet bij deze gegevens kunt, vraag dan of de verpleegkundige van onze afdeling deze gegevens voor u uitprint.

Leefregels voor uw huisgenoten/gezinsleden

De leefregels van uw huisgenoten of gezinsleden hangen af van of zij beschermd zijn of niet. Uw huisgenoten zijn beschermd als ze 14 dagen lang volledig gevaccineerd zijn of als ze korter dan 6 maanden geleden corona hebben gehad.

Beschermd

Zijn uw huisgenoten beschermd? Dan hoeven ze niet in quarantaine. Het is wel belangrijk dat ze zich 5 dagen nadat u gehoord heeft dat u corona heeft laten testen bij de GGD. Ook moeten zij hun gezondheid goed in de gaten houden. Krijgen ze klachten die passen bij corona? Dan moeten ze zich laten testen bij de GGD. Maak een afspraak via 0800-2035. Zolang u nog besmettelijk bent, en in de periode van 10 daarna, moeten uw huisgenoten 1,5 meter afstand houden tot mensen buiten uw huishouden, niet in contact komen met kwetsbare personen en drukke plekken vermijden.

Niet beschermd

Niet-beschermdde huisgenoten moeten meteen in quarantaine. Ook moeten zij zich meteen nadat u positief bent getest, meteen laten testen op corona bij de GGD. Is de testuitslag positief? Dan hebben zij ook corona en moeten ze in isolatie. Is de testuitslag negatief? dan is het coronavirus (nog) niet aangetroffen. Omdat ze toch nog ziek kunnen worden, moeten ze zich 5 dagen na het laatste contact met u opnieuw laten testen bij de GGD. Maak een afspraak via 0800-2035. Als deze testuitslag negatief is, dan mogen ze stoppen met quarantaine.

De duur van de quarantaine hangt ervan af of u in isolatie kunt gaan op uw eigen kamer. Kunt u in isolatie op uw eigen kamer en heeft u geen contact meer met uw huisgenoten? Dan gaan uw huisgenoten 10 dagen in quarantaine. U telt 10 dagen nadat u voor het laatst contact heeft gehad met uw huisgenoten. Als uw huisgenoten op dag 5 negatief testen, dan mag u stoppen met de quarantaine. Kunnen uw huisgenoten niet op een eigen kamer in isolatie gaan en hebben jullie van dichtbij contact met elkaar? Dan gaan uw huisgenoten in quarantaine zodra u weet dat u corona heeft. Vanaf het moment dat u niet meer besmettelijk bent, blijven uw huisgenoten nog 10 dagen in quarantaine. Als ze op dag 5 negatief testen, mogen ze stoppen met quarantaine.

Ook voor uw huisgenoten gelden leefregels. Deze zijn terug te vinden op: <https://ici.rivm.nl/informatiebriefhuisgenootthuis>. Als de huisgenoten/gezinsleden vragen hebben, kunnen zij contact opnemen met de coronalijn van de GGD, 010-4438031.

Leefregels voor u

Wij geven u een aantal leefregels, gebaseerd op de regels van het RIVM voor patiënten met het coronavirus die thuis mogen uitzielen.

- Blijf thuis, ontvang geen bezoek.
- Probeer contact met uw huisgenoot/gezinsleden zoveel mogelijk te vermijden en blijf op 1,5 meter afstand van elkaar. Dit is inclusief knuffelen, kussen of seksueel contact.
- Slaap zo mogelijk niet in hetzelfde bed.
- Was regelmatig uw handen met water en zeep. Doe dit vooral als:
 - uw handen vies zijn
 - voor het (klaarmaken van) eten en na het aanraken van rauw vlees
 - na een toiletbezoek
 - na hoesten, niezen in de handen, na het snuiten van de neus
- Hoest en/of nies in uw elleboog. Gebruik wegwerpzakdoeken of tissues.
- Zorg dat uw huisgenoten en verzorger niet in aanraking komen met uw ontlasting, urine en andere lichaamsvloeistoffen.
- Houd uw wasgoed en handdoeken apart en doe de was op minimaal 40°C met een volledig wasprogramma en normaal wasmiddel.
- Gebruik uw eigen aparte bestek, borden en glazen. En was uw vaat gescheiden met heet water en standaard afwasmiddel of in de vaatwasmachine op een uitgebreid wasprogramma.
- Maak iedere dag alles schoon wat u aanraakt zoals: nachtkastjes en slaapkamermeubilair, deurklinken en lichtknopjes en de badkamer en het toilet. Maak schoon met een gewoon schoonmaakmiddel. Doe de schoonmaakdoek daarna direct in de was en was uw handen met water en zeep.

Let op: dit is een selectie van de regels op de [website van het RIVM](#). Lees alle regels daar alstublieft goed door.

Wanneer mag ik weer uit thuisisolatie?

U mag weer uit isolatie als u 24 uur geen klachten meer heeft die passen bij COVID-19 én het minimaal 7 dagen geleden is dat u ziek werd. Als uw klachten aanhouden, mag u na 14 dagen uit isolatie. Heeft u een verminderde weerstand? Dan mag u 14 dagen na het begin van uw klachten uit isolatie. Dat betekent: geen koorts, geen neusverkoudheid en niet hoesten. Volg de algemene adviezen op die op dit moment gelden in Nederland over school en werken op www.rijksoverheid.nl.

Meer informatie

U vindt alle leefregels voor thuis op: www.lci.rivm.nl/informatiepatientthuis.