

Je bent een (overig) contact van iemand die het coronavirus heeft, wat nu?

Voor huisgenoten en nauwe contactpersonen is een aparte informatiebrief beschikbaar. Ben je een nauw contact, dan neemt de GGD apart contact met je op en gelden andere regels.

Beste leerling,

Je krijgt deze informatie omdat je contact hebt gehad met een klasgenoot met COVID-19 (Corona). Je moet je gezondheid extra goed in de gaten houden, omdat je nog ziek kunt worden tot en met 14 dagen na het laatste contact met deze persoon. Je kunt klachten krijgen die passen bij COVID-19, zoals:

- verkoudheidsklachten; neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn
- (licht) hoesten
- plotseling verlies van reuk en/of smaak (zonder neusverstopping)
- kortademigheid/benauwdheid
- verhoging óf koorts boven de 38 graden

We vragen je om met de volgende dingen rekening te houden **tot en met 14 dagen na het laatste contact** met deze persoon.

Hygiëne

- Was regelmatig je 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 (bereiden van) eten
- Gebruik voor het hoesten een papieren zakdoek. Heb je 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 je handen.

Afstand en social distancing

- Vermijd drukte.
- Houd zoveel mogelijk 1,5 meter afstand van anderen.
- Je mag wel naar school, sporten en werk. Pas op met kwetsbare personen zoals oudere mensen.

Krijg je klachten?

- Belangrijk: let op of je klachten krijgt. Als je **klachten** krijgt, mag je **niet naar buiten**. Maak dan een afspraak om je te laten testen. Bel hiervoor de GGD en vermeld het nummer dat bovenaan deze brief staat. Je blijft thuis en je hebt 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 reuk en/of smaak (zonder neusverstopping), kortademigheid/benauwdheid, verhoging óf koorts boven de 38 graden.
- Bij een vermoeden van koorts meet je je temperatuur (rectaal of via het oor); koorts is een temperatuur van 38,0 graden of hoger.

Ben je ernstig ziek of heb je medische hulp nodig? Ga niet naar de huisarts of het ziekenhuis toe, maar bel direct de huisarts.

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

Heb je nog vragen?

Neem dan contact op met de GGD Brabant-Zuidoost of kijk op [Coronavirus COVID-19 op Rijksoverheid.nl](https://rijksoverheid.nl).

Contact met de GGD

Het team infectieziekten van GGD Brabant-Zuidoost is te bereiken op telefoonnummer 088 0031 111.