



ALGEMENE INFO OVER
CORONA?

0800 14 689

www.info-coronavirus.be

INFOFOLDER
na afname coronatest

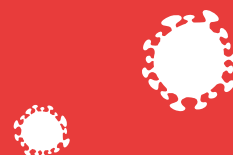
TOELICHTING COVID-TEST

U werd verwezen voor een COVID-test in één van de testcentra van de Huisartsenvereniging Regio Turnhout. We danken u alvast om op deze manier samen met ons de strijd tegen het coronavirus aan te gaan en hopen dat alles vlot verlopen is.

We overlopen de belangrijkste aspecten van het hele proces, zodat u een overzicht behoudt in deze verwarrende tijden en weet wat u de komende dagen nog kan verwachten.

Volgende thema's komen aan bod:

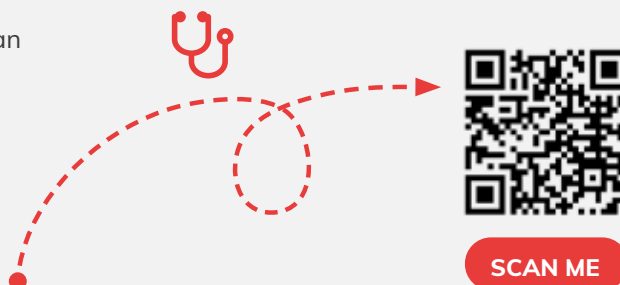
- Wat na de test?
- Wat betekent mijn testresultaat?
- Betekenis Thuisisolatie – Quarantaine
- Contact tracing



WAT NA DE TEST?

In afwachting van het testresultaat

- **U blijft in afwachting steeds in thuisisolatie/quarantaine** (zie verder)
 - Enkel bij een test voor vertrek op vakantie of voor een ziekenhuisopname is dit niet nodig
- Bespreek met uw huisarts:
 - Hoe de resultaten meegedeeld worden
 - Wat de resultaten voor u betekenen
 - Of uw huisgenoten preventief in quarantaine gaan
 - Meestal enkel bij erg verdachte klachten
- Ga niet zonder overleg uit quarantaine!
- Als u reeds op voorhand met de huisarts afspraken hebt gemaakt over het verlaten van de quarantaine bij een negatief resultaat, kan u de resultaten zelf raadplegen op:
 - www.mijngezondheid.be
 - Aanmelden met e-id kaartlezer of de itsme-app
- Als u gebruik maakt van de **Coronalert app** (beschikbaar op Appstore of Google play) en u hebt vóór de test een code aangemaakt, die door uw huisarts mee werd geregistreerd, dan krijgt u het resultaat ook via de app te zien.
- De testtijden kunnen soms oplopen. De laboratoria doen hun uiterste best om het resultaat snel bekend te maken. Probeer daarbij de met uw huisarts gemaakte afspraken over de communicatie van het resultaat te respecteren, zodat we de administratieve overlast in de verschillende praktijken beperkt kunnen houden. Zo kunnen we in de komende periode samen de uitdagingen aan die op ons afkomen!
- Het testcentrum beschikt zelf niet over uw resultaten, dus het heeft geen zin om hierover met hen contact op te nemen.



WAT BETEKENT MIJN TESTRESULTAAT?

Wat bij positief resultaat?

- **Thuisisolatie minstens 10 dagen (of langer bij klachten)**
- Voor de huisgenoten:
 - Test zo snel mogelijk en op dag 7 (na het laatste risicocontact).
 - Quarantaine tot het resultaat van de tweede test op dag 7 gekend is.
 - Als u de thuisisolatie niet kan naleven (kleine kindjes, niet mogelijk in apart bed te slapen,...) wordt de quarantaine verlengd.
- Enkel in overleg met huisarts thuisisolatie verlaten!
- Indien u gebruik maakt van de coronalert app kan u het resultaat delen, zodat uw contacten op de hoogte worden gebracht en getest kunnen worden. Dit is volledig anoniem.
- Verwittig zelf uw nauwe contacten dat je besmet bent.

Wat bij negatief resultaat?

Test omwille van klachten

- **Bespreek met uw huisarts of u de quarantaine kan verlaten!**
- In sommige gevallen (verdachte klachten, veel besmettingen in nabije omgeving,...) moet deze alsnog verlengd worden!
- Indien u ook een hoog risico contact met COVID-positieve patiënt had:
 - De quarantaine blijft **minstens 7 dagen**
 - Als de test voor dag 7 plaatsvond, overleg met de huisarts de noodzaak voor een 2de test of de verlenging van de quarantaine tot 10 dagen.

Test na een hoog risico contact of na terugkeer uit een rode zone

- U wordt **2 keer getest**: zo snel mogelijk en op dag 7 na het hoog risico contact of terugkeer
- U heeft hiervoor 2 verschillende testcodes nodig
- **De quarantaine mag pas verlaten worden als het resultaat van de tweede test (ten vroegste dag 7) negatief is!**

Aandachtpunten bij het verlaten van de quarantaine

- De verkorte quarantaine houdt risico's in
- U heeft nog steeds een reële kans om de ziekte alsnog te ontwikkelen!
- **Contacteer bij de minste klachten uw huisarts!**
- Let op het werk extra op de veiligheidsmaatregelen
- **Maak geen sociale contacten tot 14 dagen na het risicocontact/terugkeer!**
- Houd gedurende een extra week afstand van huisgenoten





BETEKENIS QUARANTAINES/ THUISISOLATIE

Thuisisolatie

Wanneer thuisisolatie?

- Bij positieve test
- In afwachting van resultaat bij klachten waarvoor u getest moet worden

Wat betekent thuisisolatie?

- Hou **afstand (>1,5m)** van alle huisgenoten
- **Was/ontsmet regelmatig de handen**
- Verblijf indien mogelijk in een **aparte, goed verluchte ruimte**
- **Deel geen voorwerpen** met uw huisgenoten
- Reinig gebruikte voorwerpen
- Gebruik, indien mogelijk, een apart toilet/badkamer
- **Verlucht uw woning regelmatig**
- Ontsmet oppervlakken (klinken, tafels, ...) die u aanraakt regelmatig
 - Gebruik hiervoor een verdunde chlooroplossing (javel 25-50 keer verdund)
 - Bij chlooroplossing van 8°: 40 ml bleekwater (8 koffielepels) per liter water
 - Bij chlooroplossing van 15°: 20 ml bleekwater (4 koffielepels) per liter water
- **Geen sociale contacten**
- Kom enkel buiten als u daarbij uit de buurt van andere mensen kan blijven
- Contacteer uw huisarts bij toenemende ernstige klachten

Quarantaine

Wanneer quarantaine?

- Hoog risico contact van COVID positieve patiënt
- Bij terugkeer uit risicogebied (Rode zone)

Wat betekent quarantaine?

- Kom enkel buiten voor bv. essentiële aankopen (supermarkt)
- Maak geen sociale contacten
- Hou afstand van uw huisgenoten
- Was regelmatig uw handen
- Deel geen voorwerpen met uw huisgenoten
- Verlucht uw woning regelmatig
- U wordt verwezen voor een test zo snel mogelijk en op dag 7 na het contact of na terugkeer uit een rode zone
- Contacteer bij klachten meteen uw huisarts!

CONTACT TRACING

Wat is contact tracing?

Als u positief test, proberen we zo snel mogelijk te achterhalen met wie u de voorbije dagen in contact bent geweest.

Op die manier:

- Kunnen we deze contacten in quarantaine plaatsen voor ze besmettelijk worden
- Beschermen we zo uw naasten en die van uw vrienden/familie/collega's
- Beschermen we kwetsbare personen in onze samenleving
- Voorkomen we dat het virus zich verder blijft verspreiden
- Vinden we de bron van de besmetting om zo verdere verspreiding te stoppen

Deze contact tracing is volledig **ANONIEM**, uw naam zal nooit genoemd worden.

Door wie wordt u gebeld?

Het lokale Outbreak Tracing Team (Eerstelijnszone Kempenland) of het Contact Tracing Center (Vlaamse Overheid)

- Zij zullen uw contacten ophijsten, zodat deze tijdig opgebeld kunnen worden
- Zij gaan verder nagaan waar de bron van de besmetting zich bevindt
- Ze peilen ook naar eventuele moeilijkheden bij de quarantaine

U zal bij een positief resultaat dus mogelijk meer dan 1 keer worden opgebeld. De beide teams communiceren met elkaar, vullen elkaar aan en zorgen er zo voor dat we de gevolgen van de besmetting zoveel mogelijk kunnen inperken! We begrijpen dat dit mogelijk overlast geeft, maar uw hulp betekent veel in onze strijd tegen het Coronavirus!

Neem nadat u getest werd alvast even de tijd om op de lijst in bijlage te noteren met welke personen u in contact bent geweest. Begin vanaf 2 dagen voor uw klachten begonnen zijn. Indien u positief testte zonder klachten, tel dan 2 dagen voor de positieve test. Alvast bedankt voor uw medewerking!



LIJST MET CONTACTEN

in verband met besmetting met het coronavirus (Covid-19)

Een lijst maken van de personen waarmee u de laatste dagen contact had, is niet altijd gemakkelijk.

Dat heeft in de eerste plaats met de tijd te maken. Hoe verder u in het verleden terug gaat, hoe lastiger het is om zich alles te herinneren. Ga dus volgens een plan te werk. Begin bij “vandaag”. Dat is waarschijnlijk de dag dat een test bij u afgenomen is. Begin bij de ochtend, dan de namiddag en dan de avond.

Hebt u contacten waarvan u liever niet wil dat iemand ze kent? Weet dat de persoon die u zal bellen vanuit het “Covid-19 Contact Tracing Team call center” tot geheimhouding verplicht is: uw naam, uw lijst met contacten en andere informatie die u geeft voor dit contactonderzoek blijven strikt vertrouwelijk en zullen nooit gedeeld worden met de politie, gezins- en familieleden of huisgenoten, werkgever of school... Het contactonderzoek wordt ook op geen enkele manier gebruikt om te controleren of u zich aan de COVID-19-maatregelen van de overheid hebt gehouden. We gebruiken de informatie uit het contactonderzoek enkel en alleen om uw contactpersonen advies te geven over wat ze moeten doen om te vermijden dat ze de ziekte verspreiden. Ook aan uw contactpersonen zeggen we uw naam niet, u blijft anoniem.

Denk aan verschillende types contact. Sommige contacten zal u zich gemakkelijk herinneren, anderen schieten u mogelijk later te binnen en dat is geen probleem.

- Mensen die met u samen wonen zoals uw gezinsleden of huisgenoten
- Uw lief of partner die niet met u onder 1 dak woont
- Uw klasgenoten, naaste collega's of andere personen die eenzelfde ruimte met u deelden
- Personen met wie u zich samen hebt verplaatst in een auto, bus, vliegtuig ...
- Personen met wie u om een andere redenen samen was
- ...

Lijst in de volgende tabellen uw contacten op tot en met twee dagen voor u zich ziek begon te voelen of ziekteklachten kreeg hebt gevoeld zoals hoest, koorts, kortademigheid, grieperig gevoel

U hebt net een Corona-test gehad. We beseffen dat het zeker onder deze omstandigheden voor u niet eenvoudig is om na te denken over met wie u contact had en ook niet om die op te lijsten. We willen u van harte bedanken dat u hier aan meewerkt en ons zo helpt om de verdere verspreiding van de ziekte tegen te houden in uw buurt en gemeente, in Vlaanderen en België.

Uw huisarts en het Covid-19 Contact Tracing Team.

VRAGEN OVER CONTACTOPVOLGING?

www.info-coronavirus.be - 0800 14 689 - www.zorg-en-gezondheid.be/contactonderzoek

START HIER 

DAG VAN de Coronatest:

| Naam | Voornaam | Telefoon | Huisgenoten | Lief / partner niet samenwonend | klasgenoten | collega | Zelfde transportmiddel (auto, bus,) | Ander contact | Contact op een afstand kleiner dan 1,5 meter? | Contact duurde langer dan 15 minuten? | Was er lichamelijk contact? | Werkt de persoon in de zorg als verpleegkundige, verzorgende, arts, kinesist,... |
|------|----------|----------|-------------|---------------------------------|-------------|---------|-------------------------------------|---------------|---|---------------------------------------|-----------------------------|--|
| | | | J/ N | J/N | J/ N | J/ N | J/N | | Ja / Neen | Ja / Neen | Ja / Neen | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |

Dag VOOR DE AFNAME van de Coronatest:

| Naam | Voornaam | Telefoon | Huisgenoten | Lief / partner niet samenwonend | klasgenoten | collega | Zelfde transportmiddel (auto, bus,) | Ander contact | Contact op een afstand kleiner dan 1,5 meter? | Contact duurde langer dan 15 minuten? | Was er lichamelijk contact? | Werkt de persoon in de zorg als verpleegkundige, verzorgende, arts, kinesist,... |
|------|----------|----------|-------------|---------------------------------|-------------|---------|-------------------------------------|---------------|---|---------------------------------------|-----------------------------|--|
| | | | J/ N | J/N | J/ N | J/ N | J/N | | Ja / Neen | Ja / Neen | Ja / Neen | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |

| TWEE DAGEN VOOR de Corona testafname: | | | | | | | |
|---------------------------------------|----------|----------|------------------------|---|---------------------------------------|------------------------------|--|
| Naam | Voornaam | Telefoon | Type contact? | Contact op een afstand kleiner dan 1,5 meter? | Contact duurde langer dan 15 minuten? | Was er lichamenlijk contact? | Werkt de persoon in de zorg als verpleegkundige, verzorgende, arts, kinesist,... |
| | | | (zie uitleg hierboven) | Ja / Neen | Ja / Neen | Ja / Neen | Ja / Neen |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |

| DAGEN VOOR de Corona testafname: | | | | | | | |
|--|----------|----------|------------------------|---|---------------------------------------|------------------------------|---|
| Naam | voornaam | telefoon | Type contact? | Contact op een afstand kleiner dan 1,5 meter? | Contact duurde langer dan 15 minuten? | Was er lichamenlijk contact? | Werkt in de zorg als verpleegkundige, verzorgende, arts, kinesist,... |
| | | | (zie uitleg hierboven) | Ja / Neen | Ja / Neen | Ja / Neen | Ja / Neen |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |