

## Communicatie hoog-risicocontact met COVID-19 besmette persoon

Beste student/personeelslid,

Je bent op (datum invullen...) in nauw contact gekomen met een COVID-19 besmette persoon.

Om een eventuele verdere verspreiding te vermijden, vragen we je met aandrang onderstaande stappen te volgen. De te volgen procedure verschilt naargelang je al dan niet reeds volledig gevaccineerd bent.

### JE BENT REEDS VOLLEDIG GEVACCINEERD

*Volledig gevaccineerd = 2 weken na 1<sup>ste</sup> dosis Johnson & Johnson of 2 weken na 2<sup>de</sup> dosis Moderna, Pfizer & AstraZeneca*

#### 1. BLIJF THUIS EN LAAT JE ZO SNEL MOGELIJK TESTEN

**Je moet je laten testen. Indien je je niet laat testen, moet je verplicht minstens 10 dagen in thuisquarantaine gaan.**

Normaal gezien zal je door de contact tracing worden gecontacteerd om een test af te leggen. Indien je niet wordt gecontacteerd, vraag dan aan de besmette persoon waarmee je contact had om je correcte gegevens door te geven aan de contactopsporing. Je kan dit ook zelf melden aan de contactopsporing op nummer **02 214 19 19**.

- Laat tussen de 3<sup>de</sup> en de 6<sup>de</sup> dag (bij voorkeur op dag 5) een PCR- **test** afnemen van zodra je te horen hebt gekregen dat je een hoog-risicocontact hebt gehad met een besmette persoon.
- **Blijf in thuisquarantaine totdat je het resultaat van je test hebt ontvangen, ook als je je niet ziek voelt.**
  - Verlaat je woning enkel als dat echt noodzakelijk is, bijvoorbeeld om eten te kopen of om naar de dokter of apotheek te gaan.
  - Draag altijd een mondkapje als je je woning verlaat.
  - Vermijd contact met anderen. Ontvang thuis geen bezoek.
- Indien de **test positief** is, ga je minstens 10 dagen in thuisisolatie. Dit betekent dat je het huis niet mag verlaten en dat er geen personen op bezoek mogen komen. Je kan momenteel immers andere personen besmetten.
  - De thuisisolatie start vanaf het begin van je symptomen of vanaf het moment dat je de positieve test hebt afgelegd. Na deze periode van 10 dagen kan je terug naar de campus komen, op voorwaarde dat je gedurende minstens 3 dagen geen symptomen meer vertoont.
  - Stuur een mail naar [corona@ehb.be](mailto:corona@ehb.be) om te melden dat je een positieve test hebt afgelegd.

- Indien de **test negatief** is, kan de quarantaine worden opgeheven en kan je terug naar de campus komen.
- Moest je je ziek voelen kan je nog altijd de 2de code gebruiken die je ontving om een 2de test te laten afnemen.

## 2. VOLG JE GEZONDHEID GOED OP

- Zeker niet alle personen die nauw contact hadden met iemand met corona worden ziek. Vaccinatie vermindert eveneens de kans op besmetting. Wees dus niet ongerust, maar **let wel extra goed op**.
- Meet je temperatuur twee keer per dag. Heb je koorts, kan je moeilijk ademen, moet je vaak hoesten, heb je keelpijn? Kan je niet zo goed meer ruiken en proeven? Bel je **huisarts** voor advies.
- Een negatieve PCR-test op dag 3 - 6 sluit niet uit dat je toch besmet bent en dat je je in de incubatieperiode bevindt. **Het is daarom zeer belangrijk om tijdens de periode van 14 dagen na het laatste hoog-risicocontact** (ook al is de quarantaine inmiddels afgelopen) **je contacten zoveel mogelijk te beperken**. Besteed bijzondere aandacht aan de basishygiënemaatregelen en draag voor alle verplaatsingen buitenshuis een mondk masker.

## 3. BESCHERM KWETSBAAR HUISGENOTEN

- Vermijd zeker contact met mensen met een hoge leeftijd, met suikerziekte, met problemen aan het hart of de longen, met minder weerstand.
- Gebruik **aparte spullen in huis**: eet- en drinkgerei (bestek, borden, koffietassen, glazen ...), tandenborstels en handdoeken.
- Zet vaak een **raam of deur open** in de woning.

## JE BENT NOG NIET (VOLLEDIG) GEVACCINEERD

Volledig gevaccineerd = 2 weken na 1<sup>ste</sup> dosis *Johnson & Johnson* of 2 weken na 2<sup>de</sup> dosis *Moderna, Pfizer & AstraZeneca*

### 1. BLIJF THUIS GEDURENDE MINSTENS 7 DAGEN

- Blijf **gedurende minstens 7 dagen in thuisquarantaine** nadat je contact had met de besmette persoon, ook als je je niet ziek voelt en indien je eerste test negatief is!! (zie later onder “2. Laat je testen”).
- Verlaat je woning enkel als dat echt noodzakelijk is, bijvoorbeeld om eten te kopen of om naar de dokter of apotheker te gaan.
- Vermijd contact met anderen. Ontvang thuis geen bezoek.
- Draag altijd een mondneusmasker als je je woning verlaat.

### 2. LAAT JE TESTEN

Je moet je **twee keer** laten testen.

Normaal gezien zal je door de contact tracing worden gecontacteerd om een test af te leggen. Indien je niet wordt gecontacteerd, vraag dan aan de besmette persoon waarmee je contact had om je correcte gegevens door te geven aan de contactopsporing. Je kan dit ook zelf melden aan de contactopsporing op nummer **02 214 19 19**.

- Laat zo snel mogelijk een **eerste PCR-test** afnemen.
- Blijf in thuisquarantaine totdat het resultaat van de test beschikbaar is.
  - Indien de **eerste test positief** is, ga je minstens 10 dagen in thuisisolatie. Dit betekent dat je het huis niet mag verlaten en dat er geen personen op bezoek mogen komen. Je kan momenteel immers andere personen besmetten.
    - De thuisisolatie start vanaf het begin van je symptomen of vanaf het moment dat je de positieve test hebt afgelegd. Na deze periode van 10 dagen kan je terug naar de campus komen, op voorwaarde dat je gedurende minstens 3 dagen geen symptomen meer vertoont.
    - Stuur een mail naar [corona@ehb.be](mailto:corona@ehb.be) om te melden dat je een positieve test hebt afgelegd.
  - Indien de **eerste test negatief** is, loopt de thuisquarantaine van 7 dagen gewoon verder. Laat een **tweede PCR-test** afnemen ten vroegste 7 dagen na de datum dat je het hoog-risicocontact hebt gehad.
- Laat ten vroegste 7 dagen na het laatste hoog-risicocontact een **tweede PCR-test** afnemen.
  - Indien ook je **tweede test negatief** is, kan de quarantaine worden opgeheven en ben je terug welkom op de campus (en vroegste dus 7 dagen nadat je het laatste hoog-risicocontact hebt gehad).

Omdat de incubatieduur kan oplopen tot 14 dagen, moeten de algemene maatregelen nog 7 dagen strikt worden opgevolgd. Wees dus nog extra voorzichtig, vooral rondom kwetsbare personen.

- Indien de **tweede test positief** is, ga minstens 10 dagen in thuisisolatie. Dit betekent dat je het huis niet mag verlaten en dat er geen personen op bezoek mogen komen. Je kan momenteel immers andere personen besmetten.
  - De periode van thuisisolatie start vanaf de dag na afname van de test. Na deze periode van 10 dagen kan je terug naar de campus komen, op voorwaarde dat je gedurende minstens 3 dagen geen symptomen meer vertoont.
  - Stuur een mail naar [corona@ehb.be](mailto:corona@ehb.be) om te melden dat je een positieve test hebt afgelegd.

### 3. VOLG JE GEZONDHEID GOED OP

- Zeker niet alle personen die nauw contact hadden met iemand met corona worden ziek. Wees dus niet ongerust, maar **let wel extra goed op**.
- Meet je temperatuur twee keer per dag. Heb je koorts, kan je moeilijk ademen, moet je vaak hoesten, heb je keelpijn? Kan je niet zo goed meer ruiken en proeven? Bel je **huisarts** voor advies.
- Tijdens de periode van 14 dagen na het laatste hoog-risicocontact (ook al is de quarantaine inmiddels afgelopen) moet bijzondere aandacht worden besteed aan de basishygiënemaatregelen moet er voor alle verplaatsingen buitenshuis een mondkap gedragen worden.

### 4. BESCHERM KWETSBARE HUISGENOTEN

- Vermijd zeker contact met mensen met een hoge leeftijd, met suikerziekte, met problemen aan het hart of de longen, met minder weerstand,...
- Gebruik **aparte spullen in huis**: eet- en drinkgerei (bestek, borden, koffietassen, glazen ...), tandenborstels en handdoeken.
- Zet vaak een **raam of deur open** in de woning.