

# Wat doe je als je ziek bent?

1. Blijf onmiddellijk thuis
2. Bel je huisdokter
3. Verwittig je werkgever

## Vertoon je symptomen die op COVID-19 kunnen wijzen?\*

Ja

Nee



onmiddellijke **thuisisolatie** (met ziekteattest)  
**test** wordt afgenomen

in afwachting van het resultaat: geen maatregelen  
nodig voor huisgenoten tenzij heel sterk vermoeden  
van COVID-19-besmetting

dan geldt de normale procedure bij ziekte  
en blijf je thuis tot je genezen bent

### Test is POSITIEF

- je blijft in **thuisisolatie**
- breng je **werkgever** en **interne arbeidsartsen** op de hoogte
- de **contact tracing** rond jouw persoon wordt opgestart

- **thuisisolatie** = niet meer buitenkomen.  
Enkel als het echt niet anders kan,  
bv. als je voeding of medische hulp nodig hebt,  
mag je je buitenshuis verplaatsen. Draag dan  
steeds een mondkapje.

### De isolatie houdt op

- wanneer minstens **7 dagen** zijn verlopen  
**na de start van de symptomen**
- **EN** wanneer je **3 dagen koortsvrij** bent
- **EN** wanneer je **duidelijk beterschap** vertoont

### Test is NEGATIEF

- breng je **werkgever** op de hoogte
- stop de isolatie zodra de **symptomen beter** zijn
- wees **14 dagen extra waakzaam** voor symptomen  
en **vermijd sociale contacten**

#### \*Symptomen die op COVID-19 kunnen wijzen zijn:

- minstens één van de volgende hoofdsymptomen die acuut ontstaan zijn zonder andere duidelijke oorzaak:  
**hoest, kortademigheid, pijn in de borstkas, acuut verlies van reuk- of smaakvermogen;**
- OF minstens twee van de volgende symptomen, zonder andere duidelijke oorzaak:  
**koorts, spierpijn, vermoeidheid, rhinitis, keelpijn, hoofdpijn, gebrek aan eetlust, waterige diarree,  
acute verwardheid, plotse val;**
- OF een verergering van **chronische respiratoire symptomen** (COPD, astma, chronische hoest...)

# Wat doe je wanneer iemand in je directe omgeving **positief test** voor COVID-19?

Had je een nauw contact met een indexpersoon (= iemand die positief testte)?

Ja

Nee

Heb je zelf symptomen?

Ja

Nee



ga naar de  
flowchart hierboven

- je hoeft **niet in quarantaine**
- blijf wel de **algemene hygiënemaatregelen** opvolgen (1,5 m afstand, mondkap, handen wassen ...)
- wees **14 dagen extra waakzaam** voor symptomen en **beperk je sociale contacten**

- ga minstens 10 dagen in **quarantaine**
- je krijgt een **code** via sms waarmee je een afspraak voor een test op dag 7 na het hoogrisicocontact kan vastleggen via [testcovid.doclr.be/#!/flow](https://testcovid.doclr.be/#!/flow)
- breng je **werkgever op de hoogte**
- wees **4 dagen aansluitend op je quarantaine extra waakzaam** voor symptomen, respecteer de algemene hygiënemaatregelen, draag steeds een mondkap buitenshuis en **vermijd sociale contacten**

- Is het resultaat **negatief**, dan stopt de quarantaine op de dag dat je dit resultaat kreeg.
- Is het resultaat **positief**, dan moet je 7 dagen in isolatie vanaf de staalname.

## Wat is een nauw contact (hoogrisicocontact)?

- Contact met een **positief geteste persoon**: minstens 15 minuten (alle tijd samengeteld gedurende een werkdag) EN binnen een afstand van minder dan 1,5 meter (face-to-face, bijvoorbeeld in een gesprek, verzorging) zonder correct gebruik (mond en neus bedekken) van een mondkap door beide personen.
- Onbeschermd **fysiek contact met een positief geteste persoon** zonder gebruik van handschoenen. Bijvoorbeeld: handen geschud, aanrakingen ...

- Onbeschermd **contact met lichaamsvochten van een positief geteste persoon**. Bijvoorbeeld: zoenen, mond-op-mondbeademing, onbeschermd contact (= zonder gebruik van handschoenen) met braaksel, stoelgang, slijmen ...
- Samen met een **positief geteste persoon reizen**: minstens 15 minuten (alle tijd samengeteld gedurende een werkdag) EN zittend binnen twee zitplaatsen (in eender welke richting) van de positief geteste persoon.