

Naleven van quarantaine en isolatie advies

2 november 2020; RIVM Corona Gedragsunit

DIT IS EEN SAMENVATTING VAN EEN VERGEVORDERE ANALYSE VAN DE REDENEN VAN WEL OF NIET NALEVEN VAN ISOLATIE OF QUARANTAINE ADVIES DOOR DE RIVM GEDRAGSUNIT. KLEINE WIJZINGEN KUNNEN NOG AANGEBRACHT WORDEN IN DE UITEINDELIJKE VERSIE.

Aanleiding onderzoek: Om de verspreiding van het coronavirus tegen te gaan is het van belang dat mensen die (mogelijk) besmet zijn met het nieuwe coronavirus thuisblijven. Een goed begrip van wanneer en waarom het mensen wel of niet lukt om thuis te blijven, vormt de basis vormen voor een strategie om dit gedrag duurzaam te ondersteunen en faciliteren.

Vraagstelling:

1. In hoeverre blijven mensen thuis en ontvangen ze geen bezoek, als ze wegens een (mogelijke) COVID-19 besmetting geadviseerd worden in quarantaine of isolatie te zijn?
2. Waarom gaan mensen wel naar buiten terwijl een quarantaine/isolatie advies geldt?
3. Wat zou mensen kunnen motiveren of helpen om wel het quarantaine of isolatie advies op te volgen?

Methoden: Deze vragen worden beantwoord op basis van het gedragsvragenlijstonderzoek (scores op gesloten vragen en coderingen van open antwoorden), interviews en literatuur onderzoek van de [RIVM Corona Gedragsunit](#).

Resultaten:

1. Er zijn 6 situaties waarin mensen in quarantaine of isolatie moeten. Die waren van toepassing op in totaal 20% van de deelnemers in dit onderzoek in de afgelopen 6 weken.
2. De mate van naleven van dit advies verschilt per scenario: 3 van de 10 respondenten geeft aan thuis te blijven in geval van (milde) klachten of na thuiskomst uit een hoog-risicogebied. Dit is 4 op de 10 bij een huisgenoot met koorts/benauwdheid, 5 op de 10 als iemand door de GGD geadviseerd is thuis te blijven na BCO onderzoek, en 6 van de 10 als iemand uit het huishouden positief is getest. 8 van de 10 mensen die zelf positief is getest blijft de hele periode thuis. Mensen die naar buiten gaan, geven ook vaker aan bezoek te hebben ontvangen in de quarantaine/isolatie periode.
3. **Achtergrond kenmerken:** Vrouwen en mensen met onderliggend lijden geven aan het advies vaker op te volgen. Er werd geen (eenduidig) verband gevonden tussen het naleven van quarantaine of isolatie advies, en leeftijd, opleidingsniveau of woonsituatie (alleen vs samenwonend).
4. **Kennis en Motivatie** (weten en willen): Het draagvlak voor de maatregelen is gemiddeld 85%. Echter, voor mensen met alleen klachten of een quarantaine advies, lijkt een lage risico perceptie (kans dat men zelf COVID-19 heeft en/of dat aan anderen over kan dragen) in combinatie met:
 - a. praktische zaken moeten regelen (boodschappen, apotheek, kinderen naar school brengen, hond uit moeten laten),
 - b. een frisse neus willen/moeten halen om fysieke en mentaal fit te blijven, of
 - c. niet de mogelijkheid ervaren om thuis te kunnen werken/werk af te kunnen zeggen (incl. financiële redenen)
 geregeld een reden te vormen om naar buiten gaan. Risicoperceptie lijkt met name laag bij terugkomst uit oranje land ("besmettingsgraad in Nederland is hoger"), bij milde klachten,

als klachten inmiddels over zijn maar de duur van het isolatie/quarantaine nog niet, of als kennis ontbreekt door niet of niet tijdig het advies te ontvangen om in quarantaine te gaan of de richtlijn niet te kennen.

5. **Zelfregulatie strategieën** (kunnen): mensen die ondanks een isolatie en quarantaine advies naar buiten gaan, met name als ze positief getest zijn, geven geregeld aan extra voorzorgsmaatregelen te nemen om anderen niet te besmetten (op een rustig moment een blokje om gaan, extra afstand houden). Ondanks dat veel mensen deze winter een periode met quarantaine of isolatie staat te wachten, kwam niet uit het onderzoek naar voren dat mensen hierop voorbereid op voorbereid waren (door bijv. aantal dagen eten in huis te hebben of al afspraken gemaakt te hebben met vrienden of de buurt om elkaar te ondersteunen).
6. **Sociale omgeving** (steun of juist druk): het ontvangen van praktische sociale steun van vrienden, familie, of buren (om bijv. boodschappen te doen of de kinderen naar school te brengen) helpt mensen thuis te blijven. Mensen met COVID-19 zagen echter ook wel een risico in vrienden/familie drie keer per dag aan de deur te hebben om bijv. hun hond uit te laten (angst virus over te dragen). Uit interviews kwam naar voren dat een aantal mensen sociale druk van de werkgever ervoeren om ondanks (milde) klachten toch naar het werk te komen. Spanningen in het huishouden (en kleine behuizing) werd een aantal keren genoemd als reden om toch naar buiten te gaan.
7. **Voorzieningen** (mogelijkheden): het niet (tijdig) bezorgd kunnen krijgen van boodschappen (door de supermarkt) of medicijnen (door de apotheek) werd enkele keren genoemd als een reden om toch naar buiten te gaan.

Interpretatie en opties voor beleid en communicatie

De gehele periode van een quarantaine of isolatie advies thuisblijven is lastig voor veel mensen, met name als a) ze niet goed geïnformeerd zijn over wanneer/of dit op hun van toepassing is, b) het voordeel ervan niet evident voor mensen is (door een lage risico perceptie en dus ervaren nut van volledige quarantaine/isolatie) en de nadelen als substantieel worden ervaren (zoals werk moeten afzeggen terwijl er al gebrek aan mensen is, financiële schade oplopen, geen boodschappen of medicijnen in huis hebben, fysieke en mentale achteruitgang, spanningen in huis), c) en thuisblijven als lastig of onmogelijk wordt ervaren (bijvoorbeeld door druk werkgever, niet de middelen of voorzieningen hebben, niet het sociale netwerk in kunnen/durven schakelen). Onderzoek suggereert dat het voor mensen in meer kwetsbare omstandigheden (kleine behuizing, een eigen bedrijf, niet in de positie zijn inkomsten te missen of tegen werkgever in te gaan, spanningen thuis) onevenredig ingewikkeld is, wat bij zou kunnen dragen aan sociaaleconomische gezondheidsverschillen.

Hieronder staan een aantal suggesties voor beleid en communicatie die volgen uit het onderzoek. De essentie hiervan is "Ondersteunde Quarantaine/Isolatie"

Communicatie richting burgers: 1) zorg dat mensen goed geïnformeerd zijn over de verschillende situaties waarin de 6 verschillende adviezen van toepassing zijn en wat men dat wordt geacht te doen, 2) maak helder in welke mate mensen in elk van die situaties een verhoogd risico hebben besmet te zijn, en wat de voordelen van volledige quarantaine/isolatie daarom zijn voor naasten en de pandemie bestrijding, 3) informeer mensen over hoe ze de quarantaine/isolatie periode kunnen volbrengen (zowel praktisch als sociaal en emotioneel), 4) stimuleer mensen om nu al voorbereidingen te treffen om deze winter een periode in isolatie/quarantaine door te brengen (voorraad eten, afspraken maken kinderen brengen en boodschappen doen), zowel voor zichzelf als voor het ondersteunen van mensen in hun buurt/sociale omgeving, 5) biedt mensen praktische

handvatten, middelen, en hulplijnen voor ingewikkelde situaties (mentale en fysieke gezondheid, financiële druk of druk van de werkgever).

Voorzieningen en handhaving: 1) zorg dat mensen direct terecht kunnen bij voorzieningen zoals de supermarkt, 2) stimuleer sociale netwerken (zoals buurtverenigingen, clubs, en andere netwerken) om praktische en sociale steun te bieden aan buurtgenoten die in quarantaine of isolatie moeten, 3) biedt mensen/werkgevers financiële of anderszins ondersteuning indien zij inkomsten niet kunnen missen (geen eten op tafel, huur niet kunnen betalen) of geen vervangend personeel hebben, 4) overweeg aanvullende maatregelen indien werkgevers, ondanks deze voorzieningen, toch druk uitoefenen op hun personeel om ondanks een quarantaine of isolatie advies toch aan het werk te gaan.