

Veelgestelde vragen voor zorgmedewerkers buiten de ziekenhuiszorg

Algemeen

Welke maatregelen moet ik nemen in mijn dagelijkse werk?

Geef de cliënt geen hand meer. Pas de standaard hygiënemaatregelen toe: [Hygiëne adviezen Thuiszorg](#). Pas regelmatig en op de juiste momenten handhygiëne toe. Als je moet hoesten of niezen doe dit dan in je elleboog, of in een papieren zakdoek. Houd zo veel mogelijk anderhalve meter afstand wanneer de zorg dit toelaat.

Mondneusmaskers

Welk mondneusmasker moet ik wanneer precies dragen?

Hiervoor is door het ministerie van VWS samen met het RIVM een [praktisch overzicht](#) gemaakt met handige tips voor het gebruik van mondneusmaskers

Hoe lang kan ik als zorgmedewerker een mondneusmasker dragen?

Een chirurgisch mondneusmasker of ademhalingsbeschermingsmasker kun je maximaal 3 uur dragen. Als je merkt dat ademen moeilijker wordt kun je het masker eerder vervangen. Je vervangt het masker ook als het masker nat voelt, als het beschadigd is of wanneer je tussendoor iets eet of drinkt.

Moet ik mijn mondneusmasker vervangen als ik naar een andere cliënt ga?

Het tussentijds wisselen is niet nodig bij de zorg voor meerdere cliënten achter elkaar.

Mag ik een mondneusmasker tussendoor op- en af- zetten?

Nee, het is beter om dat niet te doen. Tussentijds op- en afzetten kan alleen als je de buitenkant van het masker niet aanraakt. Het masker mag je ook niet met de buitenkant ergens neer leggen. Let op dat je een masker nooit om de hals draagt.

Mag ik zelfgemaakte mondneusmaskers gebruiken?

De kwaliteit van een zelfgemaakt masker is meestal niet goed. Dat komt omdat er verschillende materiaal worden gebruikt zoals katoen, linnen en zelfs stofzuigerzakken. Dat zorgt ervoor dat de pasvorm en de filterwerking niet goed zijn. Daarom raden we aan om alleen maskers te gebruiken die voldoen aan de norm.

Hoe weet ik of ik een goed masker heb?

Bij een chirurgisch mondneusmasker is de norm IIR goed. Bij ademhalingsbeschermingsmaskers gaat het om de vermelding van FFP1 of FFP2. Deze norm of melding staan zichtbaar op elk masker.

Kan ik in de thuiszorg ook het mondneusmasker 3 uur achtereen dragen?

Ja, als het praktisch uitvoerbaar is voor thuiszorgmedewerkers die van huis naar huis gaan. Als je het masker onderweg toch wilt afdoen raden we aan om een nieuw masker te gebruiken.

Mogen maskers opnieuw worden gebruikt?

Er is op dit moment nog geen beleid voor hergebruik van maskers. Dat wordt nog onderzocht. Lees [hier](#) meer informatie. Voor nu is het advies om ademhalingsbeschermingsmaskers (FFP1 of FFP2, dus niet chirurgische maskers) te bewaren totdat het onderzoek naar hergebruik is afgerond. Bij zichtbare vervuiling (zoals make up) moet het masker weggegooid worden.

Bescherm een chirurgisch mondneusmasker (type IIR) voldoende voor een kwetsbare zorgmedewerker?

Ja. Er wordt geen onderscheid gemaakt tussen kwetsbare zorgmedewerkers en andere zorgmedewerkers. Zie voor meer informatie: [Aandachtspunten rondom inzet kwetsbare medewerkers](#).

Andere persoonlijke beschermingsmiddelen (PBM)

Wanneer trek ik de persoonlijke beschermingsmiddelen aan?

Meteen bij binnenkomst en voor contact met de cliënt.

Is het wisselen van PMB tussen cliënten binnen cohorten nodig?

- Het wisselen van handschoenen is na elke cliënt nodig.
- Ook schorten kunnen niet hergebruikt worden.
- Een chirurgisch mondneusmasker kan 3 uur gedragen worden, ook als er verschillende cohorten bezocht worden.
- Een spatbril kan nog langduriger gebruikt worden, maar moet (na de dienst) gereinigd worden met alcohol.

Ik heb COVID-19 gehad, ben ik nu immuun en kan ik dan zonder PBM werken?

Nee, je kunt dan niet zonder PBM werken. Op dit moment kunnen we nog geen uitspraak doen of en hoe lang iemand immuun is na het doormaken van een infectie. We weten dus nog niet of je dan veilig kunt werken zonder PBM.

Hoe moet je je als zorgmedewerker beschermen bij het helpen bij het tanden poetsen en douchen van een client met (mogelijk) COVID-19? Zijn dit risico's voor aerosolvorming?

Tandenpoetsen en douchen zijn geen aerosolvormende handelingen.

Op het moment dat de client geholpen moet worden en de 1.5 meter afstand niet lukt moet je een chirurgisch mondneusmasker, schort, handschoenen en spatbril dragen

Wanneer is een cliënt met COVID-19 genezen en is het voor mij als zorgverlener niet meer nodig om PBM te dragen?

We gaan ervanuit dat personen die meer dan 24 uur helemaal geen klachten meer hebben, weer hersteld zijn en niet meer besmettelijk zijn. Vanaf dat moment is het niet meer nodig om PBM te gebruiken.

Waar moet ik op letten bij het gebruik van persoonlijke beschermingsmiddelen?

Bij het aantrekken: eerst het schort, dan het mondneusmasker en daarna de handschoenen, waarbij de handschoenen over de manchet gaat van de mouw.

Voor een goede bescherming door een ademhalingsbeschermingsmasker is het belangrijk dat deze goed aansluit op het gezicht van de drager. Als deze niet goed aansluit, is er risico op het inademen van besmette lucht via de lekken. Wie een aansluitend ademhalingsmasker draagt, moet glad geschoren zijn ter hoogte van de randen van het masker. Zorg dat de neusklem goed aansluit op de neus. Ieder masker heeft deze klem, een metalen beugeltje wat goed moet worden aangedrukt op de neus.

Bij het uittrekken: verwijder eerst de handschoenen, pas dan handhygiëne toe, trek het schort uit, verwijder het mondneusmasker en pas wederom handhygiëne toe.

Wat is een goed schort? Met lange of korte mouwen? Of een halterschort? Hoe zit het dan met je blote armen?

Je gebruikt bij voorkeur een schort met lange mouwen. Als die niet beschikbaar is gebruik je bijvoorbeeld een doktersjas met lange mouwen. Is er geen schort of dienstkleeding met lange mouwen? Draag dan een halterschort over je kleding. Elk type schort moet spatwaterdicht zijn.

Als je geen schort met lange mouwen gebruikt moet je na je werkzaamheden uitgebreidere handhygiëne toepassen (wassen tot de ellebogen, in plaats van tot en met de polsen).

Moet ik op een cohort afdeling bij elke client een nieuwe schort aantrekken?

Als een schort nodig is gebruik dan bij voorkeur een schort met lange mouwen. Als die niet beschikbaar is gebruik je bijvoorbeeld een doktersjas met lange mouwen. Daaroverheen kun je een wegwerp halterschort dragen. Als je in contact komt met lichaamsvloeistoffen trek je na je werkzaamheden bij die client een nieuw halterschort aan.

Ik ben een kwetsbare zorgmedewerker. Moet ik PBM (persoonlijke beschermingsmiddelen) gebruiken bij de verzorging van alle cliënten?

- Nee. Wel bij een client die (mogelijk) COVID-19 heeft. Hierin wordt geen onderscheid gemaakt tussen kwetsbare zorgmedewerkers en andere zorgmedewerkers.

Zie voor meer informatie: [Aandachtspunten rondom inzet kwetsbare medewerkers.](#)

Andere vragen**Ik ben huishoudelijke hulp. Hoe moet ik me beschermen bij een COVID-19 cliënt?**

- Houdt zo goed mogelijk tenminste 1.5 meter afstand van de cliënt.
 - Gebruik bij het reinigen altijd handschoenen en was je handen na het werk.
- Bij het opruimen van lichaamsvloeistoffen is ook het dragen van een haltershort aan te bevelen. Je kleding moet dan korte mouwen hebben. En na je werkzaamheden moet je uitgebreidere handhygiëne toepassen (wassen tot de ellebogen, in plaats van tot en met de polsen).
- Een mondneusmasker of spatbril is niet nodig.
 - Reinig handcontactpunten, zoals deurklinken en de toiletbediening, extra met huishoudbleek.
- Gebruik hiervoor een emmer met 5l water en doe hier 125 ml bleekwater in, dat is een koffiekopje vol. Alcohol met een minimale concentratie van 70% kan ook worden gebruikt.

➤ **Wat moet ik doen met mijn kleding na het werk?**

Was je (werk)kleding op een minimale temperatuur van 40C tot 60C. Droog de (werk)kleding in een droogtrommel (minimale stand kast droog) en/of strijk de (werk)kleding (warm=wol/polyester/zijde).
Bron: [Hygiënerichtlijn voor verpleeghuizen, woonzorgcentra en kleinschalig wonen.](#)

➤ **Kan een woongroep in een zorginstelling gezien worden als gezin of huishouden? En mogen mensen met een beperking die in een groep (bij een zorginstelling) wonen als groep naar buiten?**

- Ja. Als huishouden wordt gezien één of meer personen die in vast verband samenleven met een vaste samenstelling en bij onderlinge verbondenheid. Een woongroep kan hier dus gezien worden als huishouden. De woongroep mag naar buiten als groep.

➤ **Hoe wordt het virus overgedragen?**

Het nieuwe coronavirus wordt overgedragen door hoesten en niezen. Tot nu toe lijkt de overdracht van het virus door iemand zonder deze klachten een kleine rol te spelen. Het virus gaat van de een naar de ander door te hoesten of te niezen, via kleine druppeltjes komt het virus zo in de lucht. Als andere mensen die druppeltjes inademen, of bijvoorbeeld via de handen in de mond, neus of ogen krijgen, kunnen zij besmet raken met het virus. Hoe zieker iemand is, hoe meer hij hoest en/of niest en hoe meer virus hij kan verspreiden. Als iemand nog niet ziek is en nog niet hoest of niest, zal hij daarom ook nog niet besmettelijk zijn voor anderen.

Gelden er andere regels als er ook medebewoners zijn?

Als een patiënt met klachten ook huisgenoten heeft, zijn er extra maatregelen om te voorkomen dat de huisgenoten ziek worden. Die lees je in de [informatie die beschikbaar is voor de patiënten en gezinsleden](#). Dit wordt bereikt door de zieke in een eigen ruimte te laten verblijven, veelal de slaapkamer, en de huisgenoten elders. De patiënt neemt extra maatregelen wanneer deze de kamer verlaat en andere gemeenschappelijke ruimtes in de woning betreedt indien daar huisgenoten aanwezig zijn. Bij voorkeur is de patiënt echter niet in een gemeenschappelijke ruimte op het moment dat er huisgenoten aanwezig zijn. Voor de thuiszorgmedewerker is er geen verschil in handelen bij thuisisolatie met of zonder huisgenoten. Pas de normale hygiëneregels toe en gebruik de genoemde persoonlijke beschermingsmiddelen zowel in de ruimtes waar de patiënt verblijft als waar de huisgenoten verblijven.