

# Wat moet je doen als iemand uit je familie of van je vrienden ziek is?

## Empfehlungen für die Familie und Freunde kranker Personen

[www.info-coronavirus.be](http://www.info-coronavirus.be)

### Nederlands

**Is er bij jou thuis of bij familie of vrienden iemand ziek? Volg deze regels, zo worden jij of andere mensen niet besmet:**

1. Raak de zieke zo weinig mogelijk aan. Laat maar 1 persoon uit de omgeving voor de zieke zorgen.
2. Laat iemand anders voor de zieke zorgen als je:
  - ouder bent dan 65 jaar
  - diabetes hebt of al lang iets hebt aan je hart, nieren of longen
  - zelf gevoelig bent voor infecties
3. Zorg voor frisse lucht binnen: zet het raam van de patiënt een paar keer per dag 30 minuten open.
4. Was vaak je handen. Raak je ogen, neus of mond alleen aan met gewassen handen.
5. Eet apart en gebruik nooit dezelfde spullen (borden, messen, glazen, ...) als de zieke. Gebruik ook niet dezelfde handdoek of lakens.
6. Desinfecteer plaatsen die je veel aanraakt 1 keer per dag met javelwater van 1%, bijvoorbeeld tafel, nachtkastje, deurklink, wc-bril. Doe hiervoor 1 eetlepel bleekmiddel (javel) in 1 liter water.
7. Volg deze regels tot de zieke geen symptomen meer heeft (koorts, spierpijn, ...).

### Duits

*Vertaling uit het Nederlands*

#### Empfehlungen für die Familie und Freunde kranker Personen

1. Beschränken Sie so gut wie möglich körperliche Kontakte mit einem Kranken. Vorzugsweise wird der Kranke nur von einer Person aus seinem Umfeld versorgt.
2. Kranke dürfen nicht von geschwächten Personen (Personen mit chronischen Herz- oder Lungenerkrankungen, Patienten mit Immunschwäche, ältere Personen) versorgt werden.
3. Lüften Sie Wohnräume: öffnen Sie mehrmals am Tag für 30 Minuten das Fenster des Patienten.
4. Waschen Sie sich regelmäßig die Hände. Fassen Sie Augen, Nase oder Mund nicht an, wenn Sie sich nicht (vor Kurzem) die Hände gewaschen haben.
5. Benutzen Sie niemals Essgeschirr, Handtücher oder Bettlaken eines Kranken. Essen Sie nicht zusammen.
6. Desinfizieren Sie Oberflächen (Tisch, Nachttisch, Türklinke, Toilettensitz) einmal pro Tag mit Eau de Javel in einer Konzentration von 1 % (ein Esslöffel Bleichmittel pro Liter Wasser).
7. Besprechen Sie mit dem Arzt, wie lange diese Maßnahmen eingehalten werden sollten, aber wenden Sie sie mindestens an, bis die Symptome des Kranken vollständig abgeklungen sind.