

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

## Conseils à l'entourage des personnes malades

[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, ...).

### Frans

Vertaling uit het Nederlands

Conseils à l'entourage des personnes malades:

1. Evitez au maximum les contacts physiques avec le malade. Si possible, une seule personne doit s'en occuper.
2. Evitez que les personnes atteintes de maladies chroniques respiratoires, les personnes immunodéprimées et les personnes âgées s'occupent d'un malade.
3. Aérez les pièces de vie : ouvrez plusieurs fois par jour pendant une trentaine de minutes les fenêtres de la pièce où reste le malade.
4. Lavez-vous les mains régulièrement et évitez de vous toucher les yeux, le nez et la bouche avec des mains non lavées.
5. Evitez de partager la vaisselle, les serviettes ou la literie avec la personne malade. Prenez vos repas séparément.
6. Désinfectez les surfaces (table, table de nuit, poignée de porte, siège de toilettes) une fois par jour avec de l'eau contenant 1% d'eau de javel (mettez une cuillère à soupe de javel dans un litre d'eau).
7. La durée de ces mesures est discutée avec le médecin traitant mais elles s'appliquent au moins jusqu'à la disparition des symptômes.