

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

## Conselhos para os próximos e familiares das pessoas doentes:

[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, ...).

### Portugees

*Vertaling uit het Nederlands*

**Conselhos para os próximos e familiares das pessoas doentes:**

1. Evite o contato físico com o paciente, tanto quanto possível. Se possível, apenas uma pessoa deve cuidar dele.
2. Impedir que pessoas com doenças respiratórias crônicas, pessoas imunocomprometidas e idosos cuidem de uma pessoa doente.
3. Ventile as salas: abra as janelas da sala onde se encontra o paciente várias vezes ao dia por cerca de trinta minutos.
4. Lave as mãos regularmente e evite tocar nos olhos, nariz e boca com as mãos não lavadas.
5. Evite compartilhar pratos, toalhas ou roupas de cama com as pessoas doentes. Faça refeições separadamente.
6. Desinfete as superfícies (mesa, mesa de cabeceira, maçaneta da porta, assento do vaso sanitário) uma vez ao dia com água contendo 1% de lixívia (coloque uma colher de sopa de lixívia em um litro de água).
7. A duração dessas medidas é discutida com o médico, mas elas se aplicam pelo menos até que os sintomas desapareçam.