

Informatiebrief coronamaatregelen

Beste patiënt,

Tijdens de corona crisis zetten we ons maximaal in om een veilige omgeving te bewaren. Dat doen we voor onze patiënten en bezoekers, maar ook voor onze eigen veiligheid. Het betekent dat we voorzorgsmaatregelen moeten nemen. Wij zijn ons ervan bewust dat deze maatregelen voor u soms vervelend en onprettig kunnen zijn. Maatregelen die ook nog eens per dag kunnen wijzigen. In deze brief informeren wij u graag over de maatregelen binnen onze praktijk die betrekking hebben op de anderhalf meter samenleving.

Hoe verspreidt het coronavirus zich?

Het coronavirus kan zichzelf niet verspreiden. U kunt het virus alleen krijgen van iemand die besmet is. Tot nu toe zijn er aanwijzingen dat voornamelijk personen die klachten hebben het virus kunnen overdragen. Dit gebeurt dan via niezen en hoesten. Hierbij komen druppels vrij. Als u niest, komen de druppels bijna nooit verder dan 1,5 meter. Als het virus op een voorwerp of oppervlak terecht is gekomen, kan het virus niet meer opwaaien of ingeademd worden. Overdracht van virusdeeltjes kan wel plaatsvinden via de handen. Dit gebeurt als u besmette voorwerpen of oppervlakken aanraakt en daarna uw mond, neus of ogen met dezelfde hand.

Goede handhygiëne is en blijft één van de belangrijkste maatregelen om verspreiding en besmetting te voorkomen.

Maatregelen binnen onze praktijk:

Vanwege het coronavirus hebben wij de volgende maatregelen getroffen, dit doen wij om de kans op besmetting voor u als patiënt alsmede de medewerkers zo klein mogelijk te houden. Wij volgen hierin de richtlijnen van het RIVM alsmede het Noordwest Ziekenhuis.

Algemeen:

- U maakt gebruik van de ingang van de schuifdeur in de fitnesszaal (zie plattegrond onderaan de brief). U komt **NIET** door het ziekenhuis of via de ingang Timorlaan.
- Oppervlakken die vaak aangeraakt worden, worden extra schoongemaakt (deurklinken, apparatuur, stoelen, materialen, behandelbanken, enzovoort)
- Wij nemen maatregelen om ervoor te zorgen dat iedereen zich in de praktijk kan houden aan 1,5 meter afstand van elkaar.
- Voor het dragen van persoonlijke beschermingsmiddelen volgen wij het beleid van het Noordwest Ziekenhuis.
- Bij binnenkomst bent u verplicht uw handen te desinfecteren. Deze handeling herhaalt u bij vertrek.
- Onze toiletvoorziening en kleedkamers zijn afgesloten voor patiënten.
- Neem uw eigen bidon/drinkfles/handdoek mee.
- U komt alleen naar uw afspraak.
- Kinderen t/m 12 jaar mogen met 1 begeleider/ouder komen.
- Kom niet te vroeg op uw afspraak, u kunt geen gebruik maken van de wachtkamer.
- U wordt verzocht na de behandeling direct de praktijk te verlaten.
- Laat uw waardevolle spullen thuis. (Kluisjes buiten gebruik)
- U mag niet zelfstandig trainen.

Individuele behandelingen in de cabine:

- Uw fysiotherapeut opent en sluit de deur, ook na de behandeling.
- Bij binnenkomst in de cabine bent u verplicht handen te wassen, idem bij weggaan.
- Uw fysiotherapeut wast handen bij aanvang en aan het einde van de behandeling.

(Groeps)behandelingen in de fitness/oefenzaal:

- Uw fysiotherapeut wast handen bij aanvang en aan het einde van de behandeling.
- Zorg dat u uw sportkleding al aan heeft, u kunt zich niet omkleden op de praktijk.
- Er wordt individueel of in kleinere groepen getraind, maximaal 3 personen, verzamelen in oefenzaal.
- Na wissel apparaat desinfecteert u het apparaat zelf.
- Bloeddruk, saturatie en hartslag metingen worden door u zelf uitgevoerd.
- Na de training is er geen koffie of na zit.

Wat kunt u zelf doen?

De belangrijkste maatregelen die u kan nemen om verspreiding van het coronavirus te voorkomen:

- houd 1,5 meter afstand van elkaar. Dit zijn 2 armlengtes
- was de handen regelmatig met water en zeep, op onze praktijk ook altijd bij binnenkomst.
- hoest en nies in de binnenkant van de elleboog
- gebruik papieren zakdoekjes
- geen handen schudden

Wanneer mag u niet naar de praktijk komen?

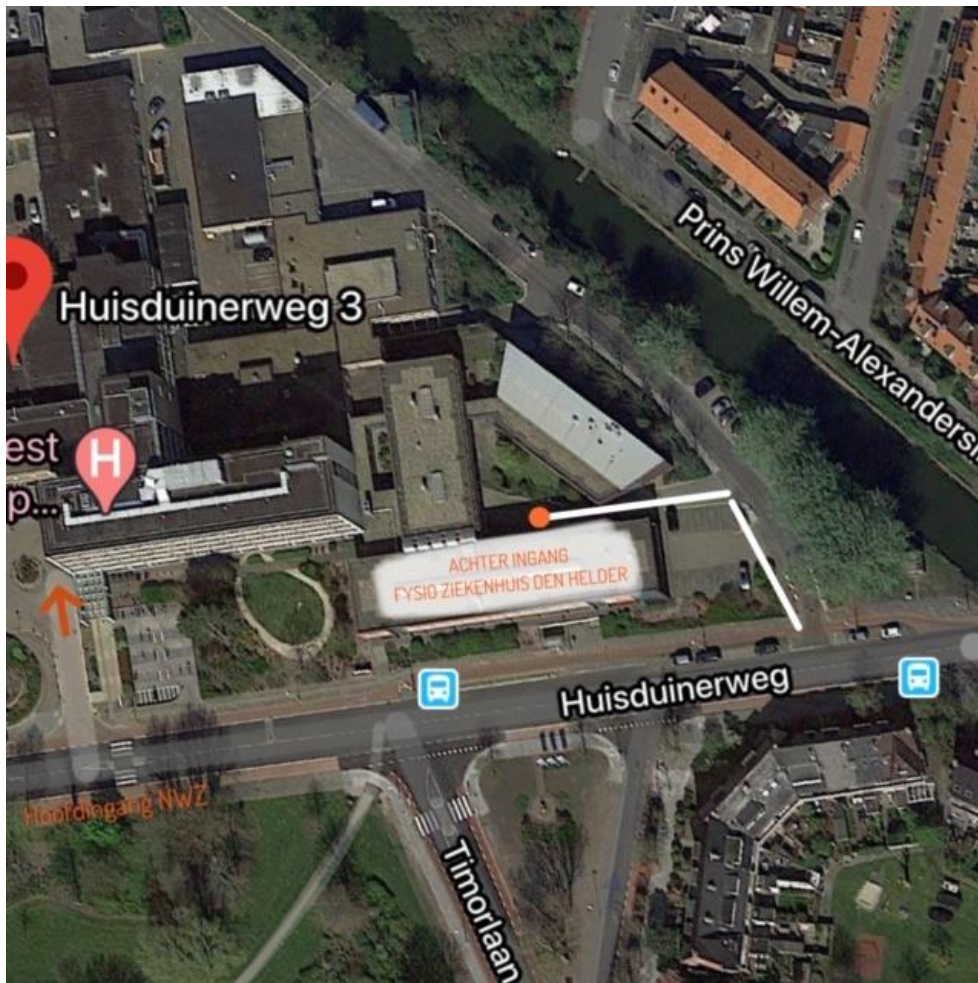
Als u op een van onderstaande vragen **JA** kunt beantwoorden verzoeken wij u dit telefonisch te melden, de afspraak kan dan niet doorgaan.

- Heeft u of één van u huisgenoten/gezinsleden Corona?
- Bent u of één van uw huisgenoten/gezinsleden in thuis isolatie?
- Bent u of één van uw huisgenoten/gezinsleden korter dan twee weken geleden genezen van Corona?
- Heeft u koorts, 38 graden Celsius of hoger? (Koorts is een gemeten temperatuur boven de 38 graden Celsius, dus geen schatting). Of verhoging?
- Heeft u of één van uw huisgenoten/gezinsleden verkoudheidsklachten zoals;
 - Neusverkoudheid,
 - Loopneus,
 - Keelpijn,
 - Langdurig niezen,
 - Lichte hoest of hoesten,
 - Verhoging tot 38 graden Celsius,
 - Conjunctivitis (oogslimvlies ontsteking)
- Bent u benauwd, kortademig of ademt u steeds moeilijker (bijvoorbeeld bij het lopen)?
- Heeft u in de afgelopen twee weken contact gehad met een patiënt met het coronavirus?
- Heeft u last van Diarree gehad binnen 48 uur voor uw afspraak?
- Heeft u gebrakt of was u (langdurig) misselijk binnen 48 uur voor uw afspraak?
- Heeft u last van hoofdpijn gehad binnen 48 uur voor uw afspraak?

Als u twee weken klachtenvrij bent kunnen wij een nieuwe afspraak voor u inplannen.

Route achteringang:

Vanaf de Huisduinerweg gaat u (uitgang parkeerplaats) de slagbomen voorbij en de schuine helling (linkerhand) omhoog. Zie hiervoor de witte lijn op de tekening, het oranje bolletje is de ingang.



Bedankt voor u begrip en wij zien u graag weer snel op onze praktijk.

Team Fysio Ziekenhuis Den Helder