

## Wanneer moet je in quarantaine\*?

### JE HAD EEN HOOGRISICOCONTACT MET EEN PERSOON, DIE POSITIEF TESTTE OP COVID-19

- Blijf **10 dagen** na het laatste risicocontact thuis, ook al heb je geen klachten.
- Asymptomatische hoogrisicocontacten worden 2 keer getest:
  - onmiddellijk bij identificatie indien dit gebeurt binnen 72 uur na laatste risicocontact.
  - vanaf 7 dagen na laatste risicocontact.
- **Zijn de 2 testen negatief?**  
Dan kan de quarantaine onmiddellijk worden opgeheven.  
Volg tot 14 dagen na het laatste risicocontact de basis hygiënemaatregelen strikt op. Tot dan kunnen klachten ontstaan. Bij het ontstaan van klachten, moet je contact opnemen met je huisarts.
- **Is je test positief?**  
Ga in thuisisolatie zolang je besmettelijk bent. Dat is minstens 10 dagen na afname van de test EN waarvan je minstens 3 dagen koortsvrij bent en met duidelijke verbetering van symptomen.



Neem in bovenstaande gevallen telefonisch contact op met je huisarts. Deze bepaalt of een test nodig is. Je blijft thuis tot het resultaat van de test gekend is.

- **Is de test negatief?**  
Je kan terug aan het werk als de klachten het toelaten.
- **Is de test positief?**  
Ga in thuisisolatie zolang je besmettelijk bent. Dat is 10 dagen na start van de symptomen EN waarvan je minstens 3 dagen koortsvrij bent en met duidelijke verbetering van symptomen.

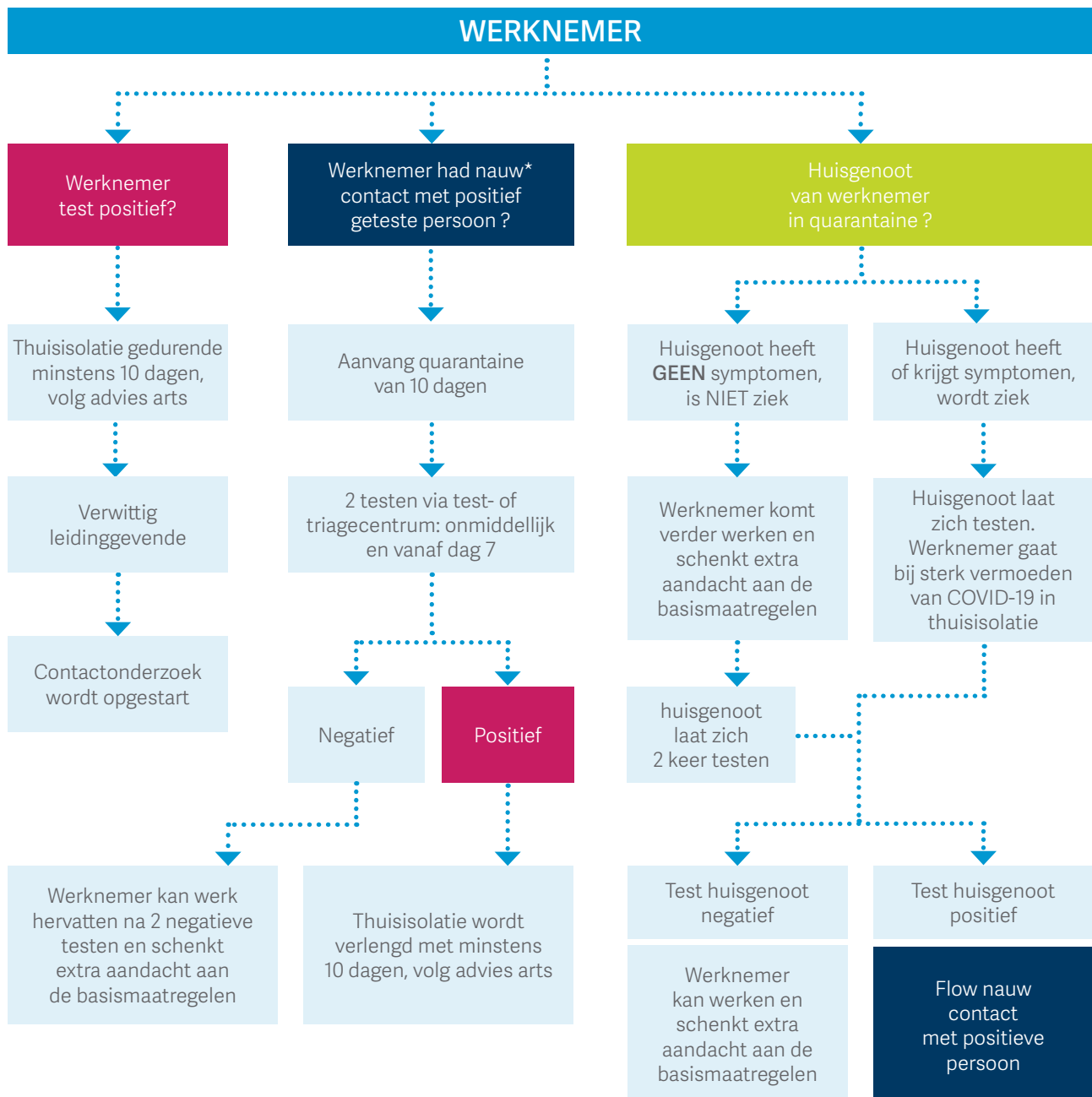
### IK VOEL ME NIET GOED. BLIJF IK NU THUIS OF NIET?

- **Je hebt 1 van volgende klachten:**
  - hoesten
  - kortademigheid
  - pijn op de borstkas
  - plots verlies van geur of smaak
- **Je hebt 2 of meer van volgende klachten zonder duidelijke andere oorzaak**
  - koorts
  - spierpijn
  - ongewone vermoeidheid, neusloop
  - keelpijn
  - hoofdpijn
  - verminderde eetlust
  - diarree
- Je hebt een chronische longaandoening (astma, chronische bronchitis, chronische hoest ...) en hebt een **plotse verergering van de chronische klachten**.

### JE KEERT TERUG NA EEN VERBLIJF VAN 48U OF LANGER IN EEN RODE ZONE UIT EEN RODE ZONE

- Vul het Passenger Locator Form in: <https://travel.info-coronavirus.be/nl/public-health-passenger-locator-form>
- **Ga steeds in quarantaine.** 10 dagen quarantaine zijn verplicht. Laat je 2 keer testen: onmiddellijk bij terugkeer en vanaf 7 dagen na de dag van terugkeer. Test je 2 keer negatief, dan kan je het werk hervatten.  
Na de quarantaine moet je tot 14 dagen na terugkeer strikt de basis hygiënemaatregelen voor hoogrisicocontacten blijven volgen, buitenshuis steeds een mondkapje dragen en sociale contacten beperken.
- **Wees gedurende 14 dagen waakzaam voor het optreden van symptomen.** Heb je symptomen? Neem telefonisch contact op met je huisarts.

\* Buitenshuis werken kan niet. Telewerk kan wel.



\* Nauw contact met een positieve persoon = een cumulatief contact van minstens 15 minuten binnen een afstand van < 1,5 m in de periode van 48 uur voor aanvang van de symptomen of positief testresultaat tot 7 dagen na symptomen of positief testresultaat. Zonder het correct gebruik van een mondneusmasker door 1 van beiden. Een nauw contact wordt op de hoogte gebracht door contactonderzoek callcenter (privésfeer), door arbeidsarts (werk) of CLB (school).