

Het Covid-19 (Corona) virus

In verband met het Covid-19 (Corona) virus maak ik alleen afspraken met mensen waarvan ik met vrij grote zekerheid weet dat ze gezond zijn en dat ze niet vallen onder de risicogroepen zoals gedefinieerd door het RIVM. Dit doe ik aan de hand van een telefonische uitdraag (triage) naar de gezondheid van u en uw eventuele huisgenoten. Op basis van dat gesprek kan een afspraak worden gemaakt.

Mochten er na de gemaakte afspraak toch (lichte) gezondheidsklachten optreden dan verzoek ik u de afspraak te annuleren.

Daarnaast heb ik in de massagepraktijk aanvullende maatregelen genomen ten aanzien van de hygiëne.

De RIVM noemt de volgende groepen “kwetsbare mensen”:

Mensen van 70 jaar en ouder en volwassenen (ouder dan 18 jaar) met een van de onderliggende aandoeningen:

- Mensen met chronische luchtweg- of longproblemen die daar van zo veel last hebben dat ze onder behandeling van een longarts zijn.
- Chronische hartpatiënten, die daar zoveel last van hebben dat ze onder behandeling zijn van een cardioloog.
- Mensen met suikerziekte die slecht ingesteld zijn en/of met complicaties.
- Mensen met een nierziekte die moeten dialyseren of wachten op een niertransplantatie.
- Mensen met een verminderde weerstand tegen infectie doordat zij medicijngebruiken voor een auto-immuunziekte en mensen die een orgaan of stamceltransplantatie hebben ondergaan. Mensen die geen milt hebben of een milt die niet functioneert en mensen die een bloedziekte hebben. Mensen met een verminderde weerstand doordat ze weerstand verlagende medicijnen nemen. Kankerpatiënten tijdens of binnen 3 maanden na chemotherapie en/of bestraling.
- Mensen met ernstige afweerstoornissen waarvoor zij behandeling nodig hebben van een arts.
- Mensen met een hivinfectie die (nog) niet onder behandeling zijn van een arts of met een hivinfectie met een CD4 cluster of differentiatie 4 getal onder $<200/\text{mm}^2$.
- Mensen met ernstige leverziekte.
- Mensen met ernstig overgewicht (BMI > 40).

U heeft een grotere kans om ernstig ziek te worden als u besmet wordt met het nieuwe coronavirus dan anderen. Dat komt doordat de natuurlijke afweer van het lichaam bij mensen op leeftijd en bij mensen die een ziekte hebben vaak lager is.

Wees extra voorzichtig. Het kan verstandig zijn om zoveel mogelijk thuis te blijven.

U kunt geen afspraak maken als u (of een huisgenoot) één van onderstaande klachten heeft:

- Neusverkoudheid
- Loopneus
- Niezen
- Keelpijn
- Lichte hoest
- Verhoging (= tot 38 graden) of koorts (> 38 graden)

Pas nadat u 24 uur klachtenvrij bent kunt u een afspraak maken.

Aanvullende maatregelen in Massagepraktijk De Noordkop

Wat vraag ik van u?

- Algemeen geldt: geen handen schudden, handen wassen, hoesten en niezen in de elleboog en gebruik van papieren zakdoekjes.
- Kom niet te vroeg, dus liefst vlak voor de afgesproken tijd, binnen.
- Kom alleen, het aantal personen in de praktijk houd ik graag beperkt.
- Bij binnenkomst wast u op de daarvoor aangewezen plaats de handen (of gebruikt u de handalcohol).
- Houdt u er rekening mee dat het toilet tijdelijk gesloten is.
- Twijfelt u over uw gezondheid op de dag van de afspraak? Neem dan voor de afspraak telefonisch contact met mij op om te overleggen of uw afspraak kan doorgaan.
- Betaling vindt bij voorkeur plaats via een Tikkie.
- Geannuleerde afspraken vanwege gezondheidsoverwegingen zal ik uiteraard niet in rekening brengen.
- Volg de door mij gegeven instructies altijd op.

Voorzorgsmaatregelen Massagepraktijk De Noordkop:

- De masseur heeft geen ziekteverschijnselen.
- Ik geef geen hand bij binnenkomst.
- Na iedere cliënt reinig en/of desinfecteer ik alle vervuilde oppervlakken en de praktijkruimte.
- Ik ventileer de praktijkruimte.
- Ik plan voldoende ruimte tussen de afspraken om bovenstaande voorzorgsmaatregelen mogelijk te maken.

Ik kijk er naar uit om u weer van dienst te zijn zoals u dat van mij gewend bent.

Ik zal u over de verdere ontwikkelingen blijven informeren.

Blijf gezond!

Bronvermelding: het Nederlands Genootschap voor Sportmassage (NGS).