



## U heeft contact gehad met iemand die positief is getest voor het nieuwe coronavirus, wat nu?

---

Beste meneer, mevrouw,

U heeft contact gehad met een persoon met COVID-19. Daarom is de informatie in deze brief erg belangrijk voor u.

U kunt tot en met 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek worden.

Daarom moet u 14 dagen lang uw gezondheid goed in de gaten houden.

### Wat moet u doen?

- Houd u zich goed aan de regels om Corona te voorkomen:
  - Houdt 1,5 meter afstand van anderen.
  - Werk zo veel mogelijk thuis.
  - Schud geen handen.
  - Vermijd drukte.
- Was regelmatig uw handen met water en zeep. Doe dit altijd na
  - hoesten en niezen
  - nadat u naar het toilet bent geweest
  - na het schoonmaken en opruimen
  - voor het eten
- Gebruik voor het hoesten een papieren zakdoek. Gebruik een zakdoek maar 1 keer en gooi de zakdoek na gebruik weg. Hebt u geen papieren zakdoek bij de hand? Hoest dan in de plooi van uw elleboog. Was daarna uw handen.
- Wees extra alert op klachten die passen bij COVID-19. Doe dit tot 14 dagen na het laatste contact met de persoon met COVID-19. De klachten kunnen zijn:
  - verkoudheid zoals neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn
  - hoesten
  - plotseling verlies van geur of smaak
  - kortademig of benauwd
  - verhoging óf koorts boven de 38 graden

### Krijgt u in deze 14 dagen klachten die passen bij COVID-19?

Dan mag u niet naar buiten. Neem contact op met de GGD. Wij zijn van maandag tot en met vrijdag tussen 8.30 uur en 17.00 uur te bereiken op telefoonnummer 053 - 487 6840. Buiten deze tijden kunt u mailen naar [contactonderzoek@ggdtwente.nl](mailto:contactonderzoek@ggdtwente.nl). Als u ons mailt, nemen we zo snel mogelijk contact met u op.

U kunt in overleg met de GGD dan getest worden op COVID-19. Totdat de uitslag van de test bekend is, blijft u thuis en heeft u geen contact met anderen.

### Krijgt u in deze 14 dagen geen klachten die passen bij COVID-19?

Volg dan de algemene adviezen op die op dit moment gelden in Nederland over bezoek aan school, werken etc. Kijk hiervoor op [Rijksoverheid.nl](http://Rijksoverheid.nl).

### Bent u ernstig ziek of heeft u medische hulp nodig?

Ga niet naar de huisarts of het ziekenhuis toe, maar bel direct de huisarts.

**Heeft u nog vragen?**

- Neem dan contact op met de GGD Twente. Wij zijn van maandag tot en vrijdag tussen 8.30 uur en 17.00 uur te bereiken op telefoonnummer 053 487 6840.
- Kijk op [Vragen & antwoorden nieuw coronavirus \(COVID-19\) | RIVM](#) of [Coronavirus COVID-19 | Rijksoverheid.nl](#)