



INFORMATIEBROCHURE

RESPIRATOIRE VIRUSSEN

Geachte

Deze brochure bevat informatie over respiratoire virussen (luchtweginfecties) en de maatregelen die genomen kunnen worden om verspreiding tegen te gaan.

Deze brochure kan de mondelinge uitleg van de arts of verpleegkundige ondersteunen.

WAT ZIJN RESPIRATOIRE VIRUSSEN?

Respiratoire virussen kunnen infecties veroorzaken aan de luchtwegen. Hierbij is het slijmvlies van de luchtwegen ontstoken.

Voorbeelden van respiratoire virussen zijn SARS-CoV (COVID-19), influenza A en B (griep), RSV (respiratoir syncytieel virus), hMPV (humaan metapneumovirus), parainfluenzavirus 1-4, adenovirus, rhinovirus.

Meestal verloopt zo'n infectie relatief mild met symptomen zoals keelpijn, droge hoest, verstopte neus, hoofdpijn, vermoeidheid, en in sommige gevallen ook koorts. Soms kunnen echter complicaties optreden zoals een longontsteking. Daarom is het belangrijk om waakzaam te blijven.

OVERDRACHT

Als je een luchtweginfectie hebt, kun je mensen om je heen besmetten. Het virus zit in de keel, neus en luchtwegen. De virussen worden overgedragen via druppels en via lucht (o.a. bij niezen, hoesten, praten, ...).

Mensen kunnen deze druppeltjes inademen en besmet worden. Ook via de handen en voorwerpen kan het virus worden overgedragen.

RISICOPATIËNTEN

Een deel van de besmette personen heeft milde of helemaal geen symptomen. Maar bepaalde personen lopen meer risico om ernstig ziek te worden: dit zijn mensen ouder dan 65 jaar, mensen met diabetes (type 2), mensen met hart-, long- of nierproblemen en mensen die een verminderde afweer en/of kanker hebben en dus gevoeliger zijn voor infecties.

In het ziekenhuis zijn heel wat van deze risicopersonen aanwezig. Daarom is het belangrijk om verspreiding van het virus zo veel mogelijk te voorkomen.

MAATREGELEN IN HET ZIEKENHUIS

Om overdracht naar andere patiënten te voorkomen worden patiënten met een luchtweginfectie verzorgd in een éénpersoonskamer of in een tweepersoonskamer samen met een patiënt die hetzelfde respiratoire virus heeft.

Aan de kamerdeur wordt een isolatiefiche gehangen zodat alle zorgverleners en bezoekers weten welke maatregelen er genomen moeten worden.

Ziekenhuismedewerkers zullen een masker dragen en indien nodig ook andere persoonlijke beschermingsmiddelen zoals handschoenen, een schort en een gezichtsschild of bril. Daarnaast wordt er extra aandacht gevraagd voor een goede handhygiëne.

HOE ONTSMET IK MIJN HANDEN met handalcohol ?



Neem een handvol handalcohol (ongeveer 3 ml)



Wrijf de handpalmen
tegen elkaar



Wrijf de rechter handpalm
over de linker handrug
en omgekeerd



Wrijf de rechter handpalm tegen de
linker handpalm met de vingers van
beide handen tussen elkaar



Breng de achterkant van de vingers in de andere
handpalm en wrijf de vingers
tegen deze handpalm heen en weer



Wrijf de duim van elke hand in
met de palm van de andere hand



Wrijf de vingertoppen van elke
hand draaiend in in de palm van
de andere hand



Spoel de handen goed af zodat
alle zeepresten verwijderd
worden



Dep de handen droog met een
wegwerphanddoekje



Sluit de kraan met het wegwerphanddoekje zodat de handen
niet opnieuw besmet worden

20 à 30 sec



40 à 60 sec



WAT KAN JIJ DOEN OM TE HELPEN?

Ook jij kan helpen om de verspreiding van respiratoire virussen te beperken. Blijf op je kamer. Enkel voor een onderzoek of behandeling mag je de kamer verlaten. Ontsmet je handen grondig en draag een masker als je de kamer verlaat.

Draag een masker bij contact met anderen (zorgverleners, bezoekers, patiënten), ook op je kamer.

Ventileer de kamer regelmatig indien mogelijk.

Pas een goede handhygiëne toe (zie blz. 6). Dit wil zeggen dat je de handen wast en droogt minstens voor en na de maaltijd, na het gebruik van het toilet en na het snuiten van de neus.



Wend steeds je hoofd af
bij het hoesten of niezen.

Houd bij het hoesten of niezen
een papieren zakdoekje voor je neus/mond.
Gebruik geen stoffen zakdoeken.



Hoest niet in je handen,
maar gebruik je elleboog
als je geen zakdoekje hebt.

Gebruik het zakdoekje maar één keer en
gooi het onmiddellijk weg na gebruik.



Was of ontsmet je handen
na het hoesten of niezen.

HOEST- & NIESHYGIËNE

Tijdens het hoesten en niezen kunnen de respiratoire virussen via druppels en speeksel overgedragen worden naar anderen. Hoesten en niezen gebeurt met zo'n kracht dat druppels zich tot wel 1,5 meter ver kunnen verspreiden. Iemand die zich in de buurt bevindt, kan zo de virussen uit die druppels vangen op de slijmvliezen van het gelaat (mond, neus, ogen).

Daarom is een goede hoest- en nieshygiëne belangrijk (zie blz. 8).

BEZOEK

Als je bezoekers voor de eerste maal komen, dienen ze zich tot de verpleging te wenden vóór het betreden van de kamer. Kinderen jonger dan 16 jaar worden niet toegelaten.

Bezoekers dragen een masker voor het betreden van de kamer. Tijdens het bezoekmoment dienen de bezoekers op de kamer te blijven. Ze maken geen gebruik van jouw persoonlijke zaken (glas, handdoek, ...) en gebruiken het toilet in de kamer niet.

Indien bezoekers wasgoed meenemen, wordt dit in een afgesloten zak gestopt.

Bij het verlaten van de kamer verwijderen ze het masker en ontsmetten ze hun handen. Bezoekers gaan niet meer langs bij andere patiënten.

Indien bezoekers zelf ziek zijn, komen ze best niet op bezoek.

VACCINATIE

Voor een aantal respiratoire virussen zijn vaccins beschikbaar, vb. influenza (griep), Sars-CoV 19, RSV.

Voor bepaalde doelgroepen zoals personen ouder dan 65 jaar, personen met onderliggende ziektebeelden (bv. diabetes, kanker...) worden vaccins aanbevolen.

Een vaccin is de enige beschermende maatregel die ziek worden of ernstige complicaties kan voorkomen. Je kan hierdoor jezelf en kwetsbare mensen uit je omgeving beschermen.

Meer informatie vind je terug op: www.laatjevaccineren.be.

DIENST ZIEKENHUISHYGIËNE

03 760 27 09

Vitaz vzw

Moerlandstraat 1 | 9100 Sint-Niklaas

T. +32 (0)3 760 60 60 | info@vitaz.be | www.vitaz.be

BE 0881.291.322 | RPR Gent

art. 19196 | v1 | 14/11/2025