



# Adviezen en maatregelen voor vitale en kwetsbare ouderen thuis

27 mei 2020

Mensen van 70 jaar of ouder hebben een hoger risico op besmetting en een ernstig verloop van COVID-19. Naast leeftijd zijn verschillende onderliggende aandoeningen ook risicofactoren. De ingestelde maatregelen in Nederland zijn erop gericht te voorkomen dat kwetsbare mensen, waaronder ouderen thuis, besmet raken met het coronavirus. Dit advies betreft ouderen die zelfstandig wonen, waaronder ook ouderen in een woonzorgcentrum vallen. Voor bewoners van het verpleeghuis is een separaat advies.

## Bezoek

We gaan een volgende fase in waarin we stappen zetten het maatschappelijke leven weer meer op gang te brengen. Er is een versoepeling van maatregelen aangekondigd. Daarin past de volgende vraag. Het vigerende advies ten aanzien van bezoek aan ouderen boven de 70 en kwetsbare mensen luidt:

- Ga niet op bezoek bij mensen van 70 jaar of ouder of mensen met een kwetsbare gezondheid.
- Een uitzondering geldt voor zelfstandig wonende ouderen die vóór de COVID-19 pandemie al kwetsbaar waren in hun zelfredzaamheid en een zeer beperkt netwerk hebben. Om in de huidige omstandigheden een sociaal isolement te voorkomen, kunnen hier een of twee vaste personen worden aangewezen die hen met enige regelmaat blijven bezoeken. Ook bij dit bezoek gelden de algemene maatregelen, zoals houdt 1,5 meter afstand en goede hygiënemaatregelen. Als deze vaste bezoeker(s) klachten hebben zoals verkoudheidsklachten, koorts en/of benauwdheid passend bij COVID-19, blijven zij thuis zoals voor iedereen in Nederland geldt.

Bij het weer meer op gang komen van de maatschappij en het verruimen van maatregelen, moeten we ook het bezoek aan ouderen betrekken. Sociaal contact is heel belangrijk en het is goed dat mensen hun sociale contacten weer kunnen aanhalen en elkaar kunnen opzoeken.

Daarom willen we het advies ten aanzien van het bezoek aan ouderen verruimen. Daarbij is van belang om onderscheid te maken tussen gezonde ouderen en kwetsbare ouderen. We spreken van kwetsbaarheid als ouderen moeite hebben hun zelfredzaamheid te behouden. Kwetsbaarheid neemt toe met de leeftijd en kan zich uiten op verschillende gebieden. De ene oudere heeft bijvoorbeeld moeite met boodschappen doen terwijl de andere oudere last heeft van vergeetachtigheid. Kwetsbaarheid verhoogt het risico op een ernstig beloop van een COVID-19 infectie. Ook kan kwetsbaarheid betekenen, dat ouderen klachten of symptomen die kunnen wijzen op een COVID-19 infectie niet goed herkennen, of dat de infectie zich op een atypische wijze uit en daardoor te laat herkend wordt. Daarom gelden voor kwetsbare ouderen bijzondere voorzorgsmaatregelen.

## Adviezen en maatregelen voor vitale en kwetsbare ouderen

Vitale oudere	Kwetsbare oudere
Functioneert (grotendeels) zelfstandig	Heeft hulp nodig bij persoonlijke verzorging (professioneel of mantelzorg) en/of woont in een woonzorgcentrum (niet in het verpleeghuis) en/of maakt gebruik van dagbesteding
<i>Onderstaand advies komt overeen met het Voorstel aanpassing risicogroepen.</i>	<i>Voor deze groep blijft het advies: Blijf zoveel mogelijk thuis.</i>
<b>Bezoek ontvangen</b>	
Geen beperkingen, Wel gezondheidscheck* bezoekers en hygiënemaatregelen	Max 4 personen tegelijk met 1,5 m afstand uit vaste kring Gezondheidscheck* bezoekers en hygiënemaatregelen Overweeg om bezoek buiten (in de tuin) te ontvangen
<b>Op bezoek gaan</b>	
Geen beperkingen, maar wees terughoudend. Wel gezondheidscheck* gastheer/-vrouw/ overige bezoekers en hygiënemaatregelen.	Ga bij voorkeur niet op bezoek
<b>Boodschappen</b>	
Wees verstandig bij het boodschappen doen. Vermijd zoveel mogelijk drukke winkels en drukke winkelstraten, probeer buiten de drukke spitsmomenten boodschappen te doen.	Doe zelf geen boodschappen. Laat anderen boodschappen doen of laat ze bezorgen.
<b>Bijeenkomsten</b>	
Vermijd grote bijeenkomsten	Ga niet naar bijeenkomsten Met uitzondering van dagopvang/ dagbehandeling en belangrijke familieaangelegenheden (bruiloften/ begrafenissen)
<b>Vervoer</b>	
Vermijd openbaar vervoer	Zoveel mogelijk individueel vervoer/ en conform vervoer naar dagbesteding

\* De gezondheidscheck:

Vragen voor de gezondheidscheck: wanneer één van onderstaande vragen met JA wordt beantwoord, mag het bezoek niet langs komen. Het bezoek moet worden uitgesteld totdat op elke vraag met NEE beantwoord kan worden.

1. Heb je de afgelopen 24 uur of op dit moment één of meerdere van de volgende (milde) klachten: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid en/of koorts (vanaf 38 graden Celsius)?

2. Heb je op dit moment een huisgenoot/gezinslid met koorts en/of benauwdheidsklachten?
3. Heb je het nieuwe coronavirus gehad (vastgesteld met een laboratoriumtest) en is dit in de afgelopen 7 dagen vastgesteld?
4. Heb je een huisgenoot/gezinslid met het nieuwe coronavirus (vastgesteld met een laboratoriumtest) en heb je korter dan 14 dagen geleden contact gehad met deze huisgenoot/gezinslid terwijl hij/zij nog klachten had?
5. Ben je in quarantaine omdat je direct contact hebt gehad met iemand waarbij het nieuwe coronavirus is vastgesteld?

Download [hier](#) een overzicht van de vragen.