



JE GEZONDHEID EN HET BEHANDEL- EN HYGIËNE PROTOCOL.

05-2020v3

In mijn praktijk gelden onderstaande adviezen van het RIVM en mijn beroepsvereniging.

- Blijf thuis bij (ook milde!) neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, hoesten, verhoging tot 38 graden of koorts. Een beeldbellen sessie is dan wel mogelijk!
- Als je klachten gehad hebt en 24 uur geen gezondheidsklachten hebt, ben je genezen. Dan kun je anderen niet meer besmetten. En ben je weer welkom voor een buiten sessie of een sessie in de praktijk.

Ik check je gezondheid vooraf aan een consult in de praktijk of buiten met een 4-tal vragen.

Hygiëne in algemene zin.

- Was je handen regelmatig.
- Hoest en nies in de binnenkant van je elleboog.
- Gebruik papieren zakdoekjes en gebruik ze eenmalig.
- We schudden geen handen.

Na binnenkomst.

- Jas en schoenen graag beneden in de hal.
- **Was direct na binnenkomst en na je sessie in het toilet je handen** volgens de WHO richtlijnen. Het zeppompje heeft een sensor en hoef je niet aan te raken. Er staan papieren handdoeken.
- Raak daarna je neus, ogen en mond niet meer aan of desinfecteer je handen opnieuw.
- Raak daarna liefst geen deurklinken en contactoppervlakken meer aan. Gebruik je onderarm of elleboog of een tissue of doe (een) handschoen(en) aan.
- **Gebruik je telefoon niet meer na het reinigen van je handen.**
- Op allerlei plekken staan wegwerphandschoenen, handdesinfectie spray en tissues: beneden in de gang, boven in de gang en in de behandelkamer.

Toilet, wachtkamer, water, thee, koffie.

Je kunt alles gewoon gebruiken, ik desinfecteer het na je gebruik.

- Het toilet.
- De tafel en stoelen in de wachtkamer.
- Alles op de water-, thee- en koffiounter: kartonnen bekertjes, 500 ml waterflesjes, de thermoskan met heet water en theezakjes. Het nespresso apparaat en koffiecups. Suiker, melk en de papieren lepeltje. Er liggen grijptangetjes om de kleinere dingen op te pakken.



Je sessie

- Ik probeer zo te werken dat je geen andere cliënten tegenkomt in de praktijk.
- Tijdens de verschillende afspraken op een dag wissel ik werken in de wachtkamer en behandelkamer zonodig af, zodat ik de ruimtes beter kan ventileren. Ik heb de ruimtes hierop aangepast.
- I.v.m. ventilatie van de ruimtes werk ik indien mogelijk met óf de deur van de behandelkamer/wachtkamer gedeeltelijk open óf de ramen iets open.
- Ik volg de richtlijnen van het RIVM en mijn beroepsgroep wat betreft het dragen van een spatwaterdicht chirurgisch mondneusmasker type IIR, halterschort, face-shield, veiligheidsbril en/of wegwerphandschoenen.

Op de behandelbank.

- Je hebt je eigen 1 of 2 persoons (onder) (hoes)laken/grote doek bij je van minimaal 220x80cm.
- Je hebt een eigen kleinere (hand)doek bij je als extra laag onder jouw laken ter hoogte van het hoofd. In buiklig adem je op die plek in het bovenlaken en zo in de onderlakens en het matras en dat vraagt extra bescherming. (Alleen voor haptotherapie.)

Als je bovenstaande niet hebt, geen wasmachine hebt of het een keer vergeten bent gebruik ik een schoon laken en/of handdoek van de praktijk voor je.

Aanraking.

Je onderbenen en voeten kan ik aanraken terwijl ik op 1,5 mtr afstand blijf. Bij de andere aanrakingen kom ik binnen 1,5 mtr afstand. Of je op je buik of rug ligt maakt ook uit. In welke houding je ligt en waar ik je aanraak bespreken we samen.

Als bij een haptonomische zwangerschapsbegeleiding de aanraking ook door je partner kan gebeuren kiezen we daarvoor.

Kleding

Bij werken op de bank - en soms ook zittend of staand - waarbij ik je aanraak heb je 2 keuzes:

- Je kleedt je uit tot op je ondergoed. Afhankelijk van waar ik je aanraak kan dat uitkleden van je hele lijf óf alleen van je boven- of onderlijf zijn.
- Aanraking op je blote huid heeft w.b. effect van de aanraking de voorkeur. Wil je dat liever niet dan breng je een schone (net uit de was en niet gedragen) korte broek/rok/jurkje en eventueel hemdje/t-shirt mee en kleed je je om in de praktijk. Als je dat fijn vindt kan dat in de ruimte waar ik niet ben.

Vind je dit lastig? Laat het me weten dan kijken we samen naar een goede oplossing.



Schoonmaak en hygiëne.

- Ik volg bij schoonmaken en desinfectie de richtlijnen van het RIVM. Die zijn zeer uitgebreid. In het kort: ik desinfecteer alles wat aangeraakt en gebruikt is na iedere sessie: denk aan toilet, fonteintje, deurklinken, trapleuningen, water, thee- en koffiounter, stoelen, tafels, andere contactoppervlakken.
- Ik volg de persoonlijke adviezen voor medewerkers in een eerstelijns paramedische praktijk. Denk aan:
 - Bij cliënten gebonden werkzaamheden pas ik handhygiëne toe conform de beschreven 5-momenten van handhygiëne.
 - Ik houd mijn vingernagels kort en schoon, draag geen sieraden en (kleding) accessoires, draag dagelijks schone (werk)kleding.
N.B. Mijn zilveren handbrace draag ik indien mogelijk wel.
 - Ik volg de adviezen t.a.v. het gebruik van mobiele communicatiemiddelen en het pinapparaat.
 - Ik volg de hoest-, snuit—en toilethygiëne.

Dankjewel voor het lezen én voor je medewerking aan dit protocol!
Tineke

Dit behandel- en hygiëne protocol is gebaseerd op de volgende documenten.

- 'Algemene voorzorgsmaatregelen Leidraad tot Hygiëne protocol' door Paramedisch Platform Nederland.
- 'Verantwoord opschalen paramedische zorg in de 1e lijn tijdens de coronacrisis', door het KNGF, de SKF, PPN en de NVvP.
- 'Intelligente exit – Haptotherapie - Covid-19 haptotherapeutische eerstelijns zorg', door VVH.
- ['Uitgangspunten PBM buiten het ziekenhuis'](#), door RIVM, Bijlage bij de [LCI-richtlijn COVID-19](#) | Versie 1-05-2020
- ['Richtlijnen en preventieve maatregelen COVID-19'](#) door RIVM.