**Leidraad ‘Verantwoord masseren in de 1,5 meter samenleving’.**

**Vanaf 11 mei** gaat mijn praktijk weer open. Ik maak 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) triage / gezondheidscheck.

Mocht u na de gemaakte afspraak toch klachten (neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid en/of koorts (vanaf 38 graden Celsius)) krijgen dan verzoek ik u de afspraak te annuleren. Daarnaast heb ik in de praktijk aanvullende maatregelen genomen ten aanzien van hygiëne.

**Maken van een afspraak en (telefonische) triage**

**U behoort tot de groep kwetsbare mensen zoals gedefinieerd door de RIVM.**1. Mensen van 70 jaar en ouder.
2. 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 nier transplantatie.
* Mensen met een verminderde weerstand tegen infectie doordat zij medicijnen gebruiken 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 hiv-infectie die (nog) niet onder behandeling zijn van een arts of met een hiv-infectie met een CD4 cluster of differentiation 4  getal onder <200/mm2.
* 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 coronavirus. 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.

Op basis van een gezondheidscheck die ik met u doorloop bepaal ik of u behandeld kunt worden.

**Voor alle cliënten geldt: U kunt geen afspraak maken als u één van onderstaande vragen met JA beantwoord.**

1. Heeft u 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. Heeft u op dit moment een huisgenoot/gezinslid met koorts en/of benauwdheidsklachten?
3. Heeft u het coronavirus gehad (vastgesteld met een laboratoriumtest) en is dit in de afgelopen 7 dagen vastgesteld?
4. Heeft u een huisgenoot/gezinslid met het coronavirus (vastgesteld met een laboratoriumtest) en heeft u korter dan 14 dagen geleden contact gehad met deze huisgenoot/gezinslid terwijl hij/zij nog klachten had?
5. Bent u in thuisisolatie omdat u direct contact heeft gehad met iemand waarbij het nieuwe coronavirus is vastgesteld?

U kunt pas op de afspraak verschijnen als elke bovenstaande vraag met NEE zijn beantwoord.

**Aanvullende maatregelen in onze praktijk**

**Wat vragen we van u?**

* Algemeen geldt: geen handen schudden, handen wassen, hoesten en niezen in de elleboog en gebruik van papieren zakdoekjes.
* Neem zelf een grote handdoek mee.
* Kom niet te vroeg, dus liefst vlak voor de afspraaktijd.
* Kom alleen.
* Bij binnenkomst was je, op de daarvoor aangewezen plaats, je handen.
* Probeer zo min mogelijk deurkrukken, tafeloppervlakken en stoelen aan te raken met je handen. Ik zal de deuren voor je openen en sluiten.
* Zorg dat je met een lege blaas komt, zodat toiletgebruik beperkt wordt.
* Twijfel je over je gezondheid op de dag van de afspraak? Neem dan voor de afspraak telefonisch contact met mij op om te overleggen of de afspraak kan doorgaan.
* Geannuleerde afspraken vanwege gezondheidsoverwegingen zal ik uiteraard niet in rekening brengen.
* Mocht het niet prettig voor je voelen om je gemaakte afspraak na te komen, dan heb ik daar alle begrip voor.

**Onze voorzorg maatregelen:**

* Ik heb geen ziekteverschijnselen. Als ik of iemand uit mijn gezin klachten heeft, annuleer ik de afspraak.
* Ik geef geen hand bij binnenkomst.
* Na iedere cliënt reinig en desinfecteer ik alle vervuilde oppervlakken en ruimtes waar je bent geweest.
* Ik plan meer tijd voor de afspraken om bovenstaande voorzorgsmaatregelen mogelijk te maken.

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

Blijf gezond!