 **L**ymfklierkanker **V**ereniging **V**laanderen vzw ​

 **Lotgenotengroep hodgkin- en non-hodgkinlymfomen**

Ondernemingsnummer: 0656.940.121

Info.lymfklierkanker@gmail.com

[www.lymfklierkanker.be](http://www.lymfklierkanker.be/)

  **CORONA-UPDATE**

***(laatste update: 2 april 2020)***

Omdat het coronavirus meer en meer mensen in België besmet en verschillende lotgenoten vragen hebben, hebben we dit document samengesteld.

**Heb je COVID-19?**

Blijf onmiddellijk thuis en bel je huisarts. Indien de lijn bezet is, neem je terug contact op totdat je je huisarts aan de lijn hebt gehad.

Neem geen ontstekingsremmers tegen de symptomen van COVID-19 maar gebruik bij voorbaat paracetamol (bv. Dafalgan, Algostase, …). Er doen ook geruchten dat cortisone een slechte invloed zou hebben op het virus. Wij adviseren om een cortisonebehandeling echter niet stop te zetten zonder voorafgaand advies van je dokter.

**Ziekenhuisafspraken**

**Hanteer volgende principes:**

* **Bij vragen over je consultatie, onderzoek of behandeling: neem contact op met je ziekenhuis (betrokken afdeling of arts);**
* **Annuleer nooit zelf je afspraken zonder voorafgaand overleg met je dokter en stel een ziekenhuisbezoek niet uit.**

De ziekenhuizen hebben de opdracht gekregen om **niet-dringende consultaties en ingrepen** uit te stellen zodat ze zich kunnen voorbereiden op een eventuele piek van patiënten met COVID-19.

**Geplande behandelingen tegen kanker** gaan in principe gewoon door. Het is wel heel belangrijk dat je net zoals iedereen de richtlijnen strikt opvolgt en je volledig houdt aan de quarantaine- maatregelen.

De meeste ziekenhuizen brengen hun patiënten zelf op de hoogte als hun afspraak geannuleerd wordt en vragen om zelf geen contact op te nemen. In vele ziekenhuizen kan je ook geen patiënten meer bezoeken, behalve in uitzonderlijke gevallen. Zo willen ze de patiënten, bezoekers en zorgverleners beschermen tegen het coronavirus.

Indien je concrete vragen hebt over jouw situatie, adviseren we je om contact te nemen met de afdeling waar je behandeld/opgevolgd wordt en dit via de telefoonnummers waarover je beschikt. Annuleer niet zelf je afspraken. Bij bezorgdheid neem je dus best eerst contact op met je arts.

**Voor de concrete regels in jouw ziekenhuis, kan je ook hun website of facebookpagina raadplegen. Hieronder vind je een aantal linken.**

[**OLV Aalst**](https://www.olvz.be/)

**[UZ Gent](https://www.uzgent.be/nl/actueel/nieuws/Paginas/covid19-maatregelen.aspx?fbclid=IwAR0EJm0V7fSeKVOk8Zclu0Yp4I1Mk6_LOi1XFQ5a3FzW93JJE89y5Rb4Xcs)**

[**AZ Sint-Lucas Gent**](http://www.azstlucas.be/nieuws/detail/coronavirus-info-en-maatregelen)

[**AZ Maria Middelares Gent**](https://www.mariamiddelares.be/nl/zorgaanbod/kankercentrum/praktisch#coronavirus-covid-19-veelgestelde-vragen)

[**AZ Sint-Blasius Dendermonde**](https://www.azsintblasius.be/corona/)

[**UZ Leuven**](https://www.uzleuven.be/nl/coronavirus-informatie-en-richtlijnen?fbclid=IwAR3EM7_RUCeybHfnbB8ipYuxfjVRxBpPDBFwD0wZsynXHvn26ynGAw6dgYE)

[**Sint-Maria Halle**](http://www.sintmaria.be/nl/az-sint-maria-vs-corona)

[**UZA**](https://www.uza.be/coronavirus-informatie?fbclid=IwAR00ByiMl2fPGqYkRCvzFudw1wt_GBVp8rytZnW6HPtf98TNJcKaNEEaUNw)

[**ZNA Antwerpen**](https://www.zna.be/nl/nieuws/coronavirus-richtlijnen-update-1403)

[**Ziekenhuis Geel**](https://www.ziekenhuisgeel.be/artikels/update-richtlijnen-coronavirus-in-ziekenhuis-geel)

[**AZ Turnhout**](https://www.azturnhout.be/nieuws/maatregelen-tegen-de-verspreiding-van-het-coronavirus)

[**Jessa**](https://www.jessazh.be/nieuws/coronavirus-%E2%80%93-stand-van-zaken) **Ziekenhuis**

[**ZOL Genk**](https://www.zol.be/)

[**AZ Sint-Jan Brugge**](https://www.azsintjan.be/nl/nieuws/voorzorgsmaatregelen-ivm-corona?fbclid=IwAR1jhgaqbiPADb-o7iTh5et7ybo4HAfSv1qI8BvxGf84YjIl7xOeppuY__I)

[**AZ Delta**](https://www.azdelta.be/nl/patient/maatregelen-corona)

[**UZ Brussel**](https://www.uzbrussel.be/web/guest/home/-/asset_publisher/8YmW6ErOnrxi/content/uz-brussel-voorbereid-op-coronavirus/maximized)

Volgende personen (en hun mantelzorgers) zijn best extra voorzichtig:

* degenen met een verminderde weerstand nl.  die  op dit moment een behandeling ondergaan. Het gaat dan om behandeling met medicijnen tegen lymfeklierkanker zowel via het infuus, via injecties als in tabletvorm. Ook onderhoudsbehandelingen zoals Mabthera vallen hieronder. Bestraling hoort er niet bij tenzij je nog een verminderde weerstand hebt van andere behandelingen;
* die minder dan twee jaar geleden een stamceltransplantatie hebben gehad;
* die meer dan twee jaar geleden een stamceltransplantatie hebben gehad maar nog verdere actieve behandeling krijgen (chemo, cortisone,….);
* en verder iedereen die van zijn arts gehoord heeft dat hij een verminderde weerstand heeft.  Bv:
	+ Patiënten met kanker die behandeld worden met **chemotherapie (tot en met 6 weken na de laatste therapie)** hebben een verminderde weerstand waardoor ze een verhoogd risico hebben op een ernstig ziekteverloop wanneer er een besmetting optreedt met het COVID-19 virus. Bij koorts, keelpijn, hoesten, spierpijn of kortademigheid dient er contact opgenomen te worden met het oncologisch team of de huisarts. Er wordt geadviseerd om STRIKT de adviezen van de overheid op te volgen.
	+ Patiënten met kanker die behandeld worden met **immunotherapie (tot en met 6 weken na de laatste therapie)** hebben een verhoogde kans op longproblematiek waardoor ze potentieel een verhoogd risico hebben op een ernstig ziekteverloop wanneer er een besmetting optreedt met het COVID-19 virus. Bij koorts, hoesten, spierpijn of kortademigheid dient er contact opgenomen te worden met het oncologisch team of de huisarts. Er wordt geadviseerd om STRIKT de adviezen van de overheid op te volgen.
	+ Patiënten met kanker die behandeld worden met **doelgerichte antikanker medicatie (tot en met 6 weken na de laatste therapie)** hebben soms een verminderde weerstand waardoor ze potentieel een verhoogd risico hebben op een ernstig ziekteverloop wanneer er een besmetting optreedt met het COVID-19 virus. Bij koorts, hoesten, spierpijn of kortademigheid dient er contact opgenomen te worden met het oncologisch team of de huisarts. Er wordt geadviseerd om STRIKT de adviezen van de overheid op te volgen.

**Tips**

- met gezin(slid) of alleen wandelen (lopen) in eigen streek mag;

- alleen fietsen mag ook (voorlopig is er geen perimeter vastgesteld, fietsen in groep mag niet)

- houd steeds 1.5 meter afstand als je buiten of in de supermarkt bent;

- niet-essentiële verplaatsingen naar buurlanden mogen niet. Probeer dit dus ook niet;

- verplaatsingen naar je tweede verblijf aan de Kust zijn niet meer toegelaten. Doe dit dus niet;

- laat bij voorkeur iemand anders voor je boodschappen doen. Indien dit niet mogelijk is ga je best niet tijdens de piekuren. Je kan ook online je boodschappen doen en in sommige steden kunnen deze thuis worden geleverd. Hamster niet en laat zeker ook producten over aan zorgverleners, politie, brandweer, vuilnisophalers en de zwakkeren;

- geef geen handen en nies in je elleboog;

- was steeds je handen grondig als je toch naar buiten bent geweest.

Bekijk ook [veelgestelde vragen](https://www.info-coronavirus.be/nl/faqs/)

 **Maatregelen**

De Nationale Veiligheidsraad heeft op 17 maart 2020 besloten **de bestaande maatregelen te versterken. Deze nieuwe maatregelen gaan in op woensdag 18 maart 2020 om 12:00 uur en blijven nu tot en met 19 april 2020 van kracht. De maatregelen worden mogelijks verlengd tot en met 3 mei.**

Een goede individuele handhygiëne en voldoende sociale afstand houden, blijven belangrijke maatregelen die iedereen moet opvolgen. Een strikte naleving ervan door iedereen, van jong tot oud, is noodzakelijk om de verspreiding van het virus tegen te gaan. Burgerzin en solidariteit met de meest kwetsbare personen is onontbeerlijk.

Toch zijn er verdere inspanningen nodig om verdere verspreiding van het virus tegen te gaan. Het is nu cruciaal om verdere maatregelen te nemen en na te leven!

**Wat betekent dit concreet?**

* Je blijft maximaal thuis om externe contacten te beperken.
* Je kan je huis verlaten voor volgende zaken:

- Voedingswinkel

- Dokter

- Apotheek

- Postkantoor

- Bankautomaat

- Benzinestation

- Hulp bieden aan kwetsbare personen

* Niet-essentiële winkels blijven gesloten met uitzondering van:

- Krantenwinkels

- Kappers (1 klant per keer)

- Nachtwinkels (open tot 22u)

Zij moeten uiteraard  de sociale afstand respecteren.

* Alle voedingswinkels blijven geopend

De toegang tot de supermarkten zal worden gecontroleerd om het aantal personen die tegelijkertijd binnen aanwezig zijn te beperken. **Er wordt maximaal 1 persoon per 10 m² en maximum 30 minuten per klant toegelaten.**

* De markten worden gesloten, tenzij ze onontbeerlijk zijn voor de voedselvoorziening en als de lokale overheid de maatregelen van sociale afstand kan garanderen.
* Winkels die in hoofdzaak dierenvoeding verkopen vallen onder de definitie van voedingswinkels en mogen geopend blijven.
* Fysieke buitenactiviteiten (wandelen, hardlopen, fietsen, …) worden aanbevolen, maar alleen met mensen die onder hetzelfde dak wonen of met een vriend(in), op voorwaarde dat het contact met anderen beperkt kan zijn (1,5 meter afstand).
* Elke bijeenkomst is verboden.
* Kinderen van ouders met essentiële beroepen kunnen opgevangen worden in scholen en kinderopvang.
* De horeca moet het terrasmeubilair binnen plaatsen.
* Het openbaar vervoer moet zo worden georganiseerd dat de sociale afstand kan worden gegarandeerd.
* Bedrijven, ongeacht hun grootte, kunnen hun activiteiten verder zetten als ze telewerk organiseren voor elke functie waar dit mogelijk is. Bedrijven waar dit niet mogelijk is, moeten de principes van de sociale afstand nauwgezet respecteren.

Deze regel geldt zowel voor de uitvoering van de werkzaamheden, als voor het door de werkgever georganiseerde vervoer. Als bedrijven niet voldoen aan deze verplichtingen, moeten ze verplicht sluiten. Dit geldt niet voor cruciale sectoren en essentiële diensten.

* Alle niet-essentiële reizen naar het buitenland zijn verboden.

De lokale en federale politie zullen ervoor zorgen dat de maatregelen ter bestrijding van het coronavirus strikt worden nageleefd en zal de gezondheidswerkers bijstaan.

We zijn allemaal vastbesloten om nu te handelen.

De sociale afstand moet zo strikt mogelijk toegepast worden.

**Extra info**

Heb je nood aan een gesprek? Je kan bellen naar het nummer 0800 14 689 van het Rode Kruis. Bekijk [hier](https://www.rodekruis.be/nieuws-kalender/nieuws/omgaan-met-stress-in-tijden-van-corona/hier-kan-je-terecht-voor-meer-hulp/) waar je nog meer terecht kan. Je kan ook steeds terecht bij de [Kankerlijn](https://www.allesoverkanker.be/hulplijnen?gclid=Cj0KCQjw1Iv0BRDaARIsAGTWD1ucA3p58vsqEmTn3z--mAjZVBKR0HoasXkQRwz-eAJ_oZXSpH-70GkaAiAEEALw_wcB).

Algemeen telefoonnummer voor vragen: 0800/14.689.

Vragen over corona via twitter: @ FOD Volksgezondheid

Bekijk ook alle [richtlijnen](https://www.info-coronavirus.be/nl/) van de overheid.

Hier kan je ook meer info van [Stichting tegen Kanker](https://www.kanker.be/nieuws/covid-19-aanbevelingen-van-stichting-tegen-kanker?fbclid=IwAR3AbX5NXN8rc-JSfbBd53UFIgPlgOY-RyKQIM8G0OUSsOhsl6eBgMA5HXA) en [Kom op tegen Kanker](https://www.allesoverkanker.be/het-coronavirus-en-kanker?fbclid=IwAR2d_h0RJ6ys3HMSRhNF1OyumSSXSmF7tCrVtw1Py2btaBZg9ysZiMLmPq4) terugvinden.

Wie een naaimachine heeft, en wie dat wenst, kan in samenspraak met het lokale ziekenhuis thuis mondmaskers maken: stof wordt geleverd, maskers worden opgehaald
[www.maakjemondmasker.be](http://www.maakjemondmasker.be/)