

Beste mensen,

Gelukkig mag ik jullie weer ontvangen in de praktijk voor een acupunctuurbehandeling. Omdat het COVID-19 virus nog steeds actief is, zijn er bepaalde spelregels opgesteld voor het veilig werken in de acupunctuurpraktijk. Ik verzoek jullie deze aandachtig te lezen en te respecteren. Alleen samen kunnen we zorgen voor onze veiligheid.

- 🕒 Mijn praktijk is zo ingericht dat er geen wachtruimte is en ik zorg ervoor dat ik alle afspraken zo plan dat er voldoende tijd tussendoor is om de praktijk te ventileren en schoon te maken.
- 🕒 Tijdens het maken van de afspraak stel ik een aantal vragen (triage), waardoor ik weet of behandelen veilig kan. Mogelijk doe ik dit nogmaals vlak voor de daadwerkelijke afspraak. Geef mij altijd vooraf door als er iets is veranderd dat zou kunnen duiden op een COVID-19 infectie. De symptomen vindt u op de volgende pagina.
- 🕒 Blijf thuis indien u of één van uw gezinsleden symptomen van verkoudheid, koorts of griepachtige verschijnselen heeft. Ik vraag u dringend contact met me op te nemen om dit te bespreken, zodat de afspraak geannuleerd kan worden. Tot nader order worden deze geannuleerde afspraken niet in rekening gebracht, ongeacht of de annulering tijdig is.
- 🕒 Dit geldt ook voor mij en mijn gezinsleden, als één van ons klachten heeft zal ik de praktijk sluiten en wordt uw afspraak geannuleerd.
- 🕒 Neem twee schone badlakens mee naar de praktijk, voor op de behandeltafel.
- 🕒 Houd u te allen tijde aan de algemene hygiënerichtlijnen met betrekking tot hoesten en niezen in uw elleboog, gebruik papieren zakdoekjes etc.
- 🕒 Desinfecteer uw handen bij binnenkomst: door deze 20 seconden te wassen met zeep of door te wrijven met handalcohol tot ze droog zijn. Dit kan direct bij binnenkomst met een desinfectans of boven in de behandelkamer door te wassen met zeep.
- 🕒 Raak zo min mogelijk aan in de praktijk.
- 🕒 Het toilet is tijdelijk niet te gebruiken, noodsituaties uitgezonderd; ga dus thuis naar het toilet vóór u vertrekt. Moet u het toilet toch gebruiken, dan kan dit natuurlijk. Dan zorg ik dat deze na afloop extra wordt schoongemaakt. De toilet wordt alleen door cliënten gebruikt.
- 🕒 Kom zoveel mogelijk alleen. Laat een eventuele begeleider elders wachten, bijvoorbeeld buiten of in de auto. Een kind (tot 16 jaar) mag uiteraard begeleid worden door één van de ouders.
- 🕒 Voor en na de behandeling was ik mijn handen en polsen met zeep.
- 🕒 Na ieder consult worden contactpunten zoals de deurbel, deurklinken, trapleuningen en het meubilair in de praktijk schoongemaakt.
- 🕒 Ik blijf tijdens het consult zoveel mogelijk op 1,5 meter afstand van u.
- 🕒 Tijdens de behandelingen zal ik een mondkapje dragen. Ik zal u ook vragen een mondkapje te dragen er zijn voldoende gecertificeerde mondkapjes aanwezig in de praktijk.
- 🕒 Ondanks het opvolgen van deze adviezen blijft er een kleine kans bestaan dat u in de praktijk of op reis daarnaartoe wordt besmet met het coronavirus. Door het maken van een afspraak aanvaardt u dat risico.
- 🕒 Ik nodig u van harte uit om bij vragen telefonisch of per email contact met mij op te nemen.
- 🕒 Mocht u aanvullende adviezen hebben laat het me dan gerust weten.

Met vriendelijke groet,

Ingrid Arends

ingrid@acupunctuur-waterland.nl, 06-14958334

Symptomen COVID-19

Als symptomen bij (mogelijk) COVID-19 worden beschouwd:

- Neusverkoudheid, hoesten, kuchen of niezen*
- Loopneus
- Keelpijn
- Verlies van reuk en/of smaak
- Verhoging (tot 38 graden) of koorts (38 graden of hoger)
- Kortademigheid
- Moeheid*
- Hoofdpijn*
- Conjunctivitis (slijmvliesontsteking van het oog, met roodheid)
- Zich ziek voelen en/of diarree*

* Indien u bekend bent met deze klachten, m.a.w. u herkent deze bij uzelf, dan zullen deze symptomen waarschijnlijk geen teken van een COVID-19 infectie zijn. Meldt dit wel altijd aan uw therapeut.

Belangrijkste triagevragen

- Heeft u een of meerdere van de volgende (ook milde!) symptomen: neusverkoudheid of hoesten of benauwdheid of koorts (vanaf 38°C)?
- Heeft u de afgelopen 24 uur klachten (COVID-19 symptomen) gehad?
- Heeft u huisgenoten/gezinsleden met koorts en/of benauwdheidsklachten?
- Is er bij uzelf of een huisgenoot/gezinslid in de afgelopen 14 dagen COVID-19 vastgesteld?
- Bent u de afgelopen 10 dagen in een land met code oranje of rood (m.b.t. Covid-19) geweest?

Als alle vragen met **nee** worden beantwoord, kunt u komen voor behandeling

Als tenminste één vraag met **ja** wordt beantwoord, kunt u **niet komen voor behandeling**.



Voorschriften behandeling in de praktijk

Geachte heer, mevrouw,

Onder de volgende voorwaarden is een behandeling weer mogelijk.

Voor u van huis gaat:



Blijf thuis bij verkoudheid, koorts of andere COVID-19 achtige verschijnselen en neem contact op met uw therapeut.



Kom bij voorkeur alleen. Een minderjarig kind mag wel worden begeleid.



Laat horloges, ringen en andere sieraden thuis.



Ga thuis naar het toilet. Meld gebruik van het praktijktoilet aan uw therapeut.



Was uw handen thuis voor vertrek. Was uw handen nogmaals bij aankomst in de praktijk.



Neem twee badlakens mee naar de praktijk, als uw therapeut dat aan u vraagt.



Kom op de afgesproken tijd, niet te vroeg en niet te laat.

Onder de volgende voorwaarden is een behandeling weer mogelijk:

In de praktijk:



We schudden helaas geen handen.



Uw therapeut houdt zoveel mogelijk 1,5 meter afstand.



Raak zo weinig mogelijk aan in de praktijk.



Binnen de 1,5 meter hoeft uw therapeut geen mondmasker te dragen. Het mag wel.



Voor handschoenen geldt hetzelfde als voor mondkapjes.



Praat bij voorkeur niet, als de therapeut dichterbij u is dan 1,5 meter.



De therapeut reinigt en ventileert de ruimte na ieder consult.