# Informatiebrieftekst voor het monitoren van laagrisicocontacten

Geachte heer, mevrouw,

U heeft kortgeleden contact gehad met een patiënt, waarbij een infectie met het ebolavirus is vastgesteld. Hoewel u bij dat contact beschermende maatregelen heeft gebruikt, wordt u toch gevraagd om uw gezondheid in de gaten te houden. Dit is uit voorzorg, omdat u mogelijk onopgemerkt besmet bent geraakt. De kans hierop is overigens erg klein.

Wat is ebola?

* Het ebolavirus veroorzaakt een zeldzame, maar zeer ernstige infectieziekte. Door de ziekte kunnen bloedingen in het lichaam ontstaan.
* Je krijgt de ziekte alleen door direct lichamelijk contact met een ebolapatiënt of lichaams-vloeistoffen van de patiënt. Met lichaamsvloeistoffen bedoelen we bloed, ontlasting, urine, sperma, braaksel of zweet. Het virus kan niet via de lucht (niezen, hoesten) verspreid worden.
* Mensen die contact hebben gehad met een ebolapatiënt kunnen tot 21 dagen na het contact nog ziek worden. Gemiddeld is dat binnen 7 dagen.

Wilt u meer weten over ebola?

Zie voor meer informatie over ebola: [www.rivm.nl/ebola](http://www.rivm.nl/ebola).

Wat vragen we van u?

Om vroeg te kunnen ontdekken of u besmet bent vragen wij u om uw gezondheid in de gaten te houden. Dat doet u **tot 21 dagen na het laatste contact** met de ebolapatiënt. U moet dus uw gezondheid controleren tot ……………………………………………………………….

**Wat betekenen de maatregelen voor mij?**

|  |  |
| --- | --- |
| **Ik moet maatregelen nemen, omdat…** | * ik beschermd contact\* heb gehad met een ebolapatiënt of diens lichaamsvloeistoffen. |
| **Wat moet ik doen?** | * Twee keer per dag, ‘s morgens en ‘s avonds, mijn temperatuur opmeten. * Doe dat rectaal of in het oor met een eigen thermometer die niet door anderen gebruikt wordt. * De thermometer na gebruik ontsmetten met 70% alcohol en daarna de handen wassen. * Schrijf de temperatuur op de bijgevoegde lijst. * Ik informeer …………………………………. (controlerende instantie) als ik: * tweemaal achtereen een lichaamstemperatuur van **38 graden of hoger** meet, gemeten op één dag met 12 uur tussen de meetmomenten. * uit malariagebied kom en éénmaal een temperatuur van **38 graden of hoger** meet. * of als ik een van de volgende klachten heb: braken, hoofdpijn, sufheid, buikpijn, diarree, geel zien, keelpijn of hoesten.   Ik hoor dan wat er verder gaat gebeuren. |

\*Dit is contact waarbij u persoonlijke beschermingsmaatregelen heeft gebruikt zoals de richtlijnen dat voorschrijven.

Neem contact op met de ……………………… (controlerende instantie):

* als u twee keer achtereen **38 °C of hoger koorts** meet (met 12 uur ertussen).
* bij éénmalig gemeten temperatuur van **38 °C of hoger**, indien teruggekeerd uit een malariagebied.

Heeft u nog vragen?

Bel dan met de ……………….(controlerende instantie) via

………………. (telefoonnummer), en buiten kantoortijden via ………………. (telefoonnummer).

Wij vertrouwen op uw medewerking.