



Corona beleid in Shiatsu praktijk Out of your Mind

Vanaf 11 september ga ik weer, na mijn zwangerschapsverlof, Shiatsu behandelingen geven in mijn praktijk. Omdat het Covid-19 virus nog steeds actief is, is er vanuit mijn beroepsorganisatie een protocol opgesteld voor de behandelaren in de integrale en complementaire zorg (CAM-professionals). Op deze wijze kunnen behandelingen op een veilige manier uitgevoerd worden voor zowel de behandelaar als de cliënt.

Hieronder heb ik het protocol uitgelegd, waarbij ik zelf nog een aantal punten heb toegevoegd. Lees het goed door voordat je een afspraak maakt én voordat je op de afspraak komt: je gezondheid kan tussendoor veranderen.

Voordat je een afspraak maakt

Beantwoord voor jezelf de volgende vragen:

- Heb je nu (verschijnselen van) Corona?
- Heb je nu huisgenoten met Corona? *¹
- Heb je nu één van deze verschijnselen? *
 - hoesten, kuchen of niezen;
 - koorts (38°C of hoger);
 - plotseling verlies van smaak en/of reuk;
 - kortademigheid.
- Heb je huisgenoten met één van deze verschijnselen?
- Ben je in thuisisolatie? **²

Indien je één van de vragen beantwoord met 'Ja', is behandeling op dit moment niet mogelijk.

Indien je op bovenstaande vragen overal 'Nee' hebt beantwoord, ga dan door met deze vervolgvragen:

- Heb je nu één van deze verschijnselen? ***³
- (Neus)verkoudheid, of loopneus;
- Keelpijn;
- Onbekende hoofdpijn, niet chronisch;
- Onbekende moeheid, niet chronisch;
- Onbekende diarree of buikklachten, niet chronisch.

¹ * Vraag voor jou of je huisgenoot een Covid-19 test aan bij de GGZ bij jou in de buurt. Indien deze negatief is kan je alsnog een afspraak maken. Is de test positief kun je als er 14 dagen na de laatste symptomen geen van genoemde verschijnselen meer aanwezig is bij jou of je huisgenoot, een afspraak maken.

² ** Als je in (zelf)quarantaine bent, kun je als er 14 dagen na de laatste symptomen geen van genoemde verschijnselen meer aanwezig is, een afspraak maken.

³ *** "onbekende" en ", niet chronisch" wordt hier genoemd omdat mensen zonder klachten niet naar een therapeut gaan. Er kunnen dus heel goed klachten zijn die op Covid-19-symptomen lijken maar niet onbekend zijn. Denk bijvoorbeeld aan hooikoorts, migraine, chronische darmklachten etc. Dit zijn juist de klachten waarvoor de cliënt naar een therapeut gaat. Een Covid-19 test kan hier uitkomst bieden, dan te handelen als onder voetnoot *¹

Indien een 'Ja', neem dan contact op om te overleggen of ik je nu kan behandelen. Indien alles 'Nee', dan is behandelen toegestaan en kan je een afspraak maken.

Mocht je op de dag van jouw afspraak alsnog klachten krijgen, kan je tijdelijk je afspraak kosteloos verzetten.

Welke Corona maatregelen gelden er in mijn praktijk?

- Blijf thuis indien jij of een van je gezinsleden/huisgenoten symptomen hebben van verkoudheid, koorts of griepachtige verschijnselen. Je wordt geacht je afspraak te annuleren of contact met me op te nemen om dit te bespreken. Tot nader order worden deze annuleringen je, ongeacht of deze tijdig zijn, niet in rekening gebracht.
- Kom op tijd, maar ook niet te vroeg zodat je niet hoeft te wachten.
- Kom alleen. Bij kinderen tot 16 jaar kan uiteraard een van beide ouders meekomen.
- Wij geven elkaar geen hand.
- Was bij binnenkomst je handen met desinfectiegel (beschikbaar op de praktijk).
- **Neem 2 badhanddoeken of één grote laken mee** om te liggen op de futon zodat deze niet direct aangeraakt wordt.
- neem zelf een waterfles en desgewenst een mondkapje mee.
- Stop je spullen (telefoon, sleutels etc.) weg in je jas of tas.
- Het gesprek tussen ons vindt plaats op 1,5 meter afstand.
- Tijdens de behandeling zelf praten we zo min mogelijk. Voor en na de behandeling is er ruimte om te praten en vragen te beantwoorden.
- Het toilet blijft voor noodgevallen beschikbaar, maar geef na afloop het gebruik aan. Het toilet wordt dan gelijk schoongemaakt.
- Raak zo min mogelijk dingen aan in de praktijk.
- Nies of hoest in een papieren zakdoekje dat je meteen wegwerpt in de prullenbak, als dat niet lukt nies in de elleboog.
- Was na niezen of hoesten je handen met zeep of desinfectiegel.
- Betaal met pin.
- Blijf niet langer dan nodig.
- Was na de behandeling je handen met desinfectiegel.

Wat kun je van mij verwachten?

- Tijdens het maken van de afspraak stel ik een aantal vragen (zgn. triage) waardoor ik weet of behandelen veilig kan en zelfs vlak voor de daadwerkelijke afspraak doe ik dit om te checken of er iets is veranderd.
- Ik plan mijn afspraken zo, dat cliënten elkaar niet treffen in de wachtruimte.
- Voor en na de behandeling was ik mijn handen en onderarmen minimaal 30 seconden met zeep.
- Op verzoek zal ik zelf een (niet-medisch) wasbaar mondkapje dragen tijdens de behandeling.
- Na iedere cliënt worden contactpunten zoals de deurklinken, pinapparaat schoongemaakt.
- De ruimte wordt tussen de behandelingen door gelucht.
- Mocht ik tussentijds zelf klachten krijgen, zal ik alle reeds gemaakte afspraken onmiddellijk afzeggen en 14 dagen lang in thuisquarantaine blijven.

Mocht je na aanleiding van dit protocol nog vragen hebben, laat het me weten. Ik ontvang je graag in mijn praktijk!

Disclaimer: Ondanks alle genomen voorzorgsmaatregelen blijft de kans, hoe gering ook, bestaan dat u besmet raakt in de praktijk of op weg hier naartoe. Met het maken van de afspraak gaat u akkoord met dit risico.