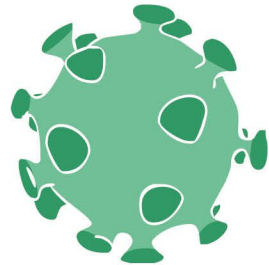


# Help! Corona!

## Wat is het nieuwe coronavirus Covid-19?

Verskillende soorten coronavirussen kennen we al heel lang. Nu is er een nieuw coronavirus: **Covid-19**.

De meeste mensen die hier ziek van worden, krijgen **koorts** en moeten **hoesten**. Zij kunnen meestal gewoon thuis blijven. Kwetsbare personen (zie hieronder) kunnen ernstig ziek worden en doodgaan aan het virus. Daarom proberen we er overal ter wereld voor te zorgen dat het virus zich minder verspreidt. **Help jij mee?**



## Wat zijn kwetsbare personen?

**Kwetsbare personen** zijn mensen:

- van 70 jaar en ouder
- met een verminderde weerstand
- met hart- en vaatziekten
- met zieke luchtwegen en longen
- met diabetes ('suikerziekte')
- met nierziekten
- met kanker
- met hiv/aids

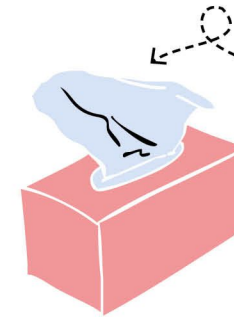


## Wat kan ik doen?

Het Covid-19-virus verspreidt zich vooral via **handen, hoesten** en **niesen**. Om verspreiding van het virus af te remmen kun jij helpen:



Was je handen regelmatig heel goed met water en zeep.



Gebruik alleen **papieren zakdoekjes**. Gooi ze na gebruik direct in de prullenbak.

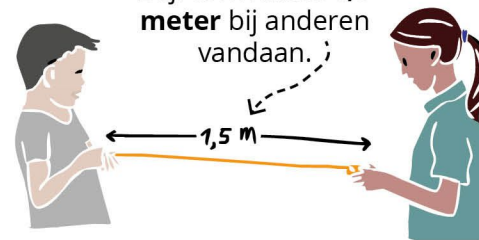
Hoest of nies in de **binnenkant van je elleboog**.



Als je **keelpijn, snot** of **koorts** hebt of hoest, blijf dan helemaal thuis. **Blijf thuis** totdat je 24 uur lang geen klachten meer hebt gehad.



Blijf ten minste **1,5 meter** bij anderen vandaan.



Blijf zoveel mogelijk **thuis**.

Buitenspelen mag als je niet ziek of verkouden bent. Maar gebruik je gezond verstand!



Als we dit **allemaal** doen, verspreidt het virus zich minder. **Dan worden er minder mensen die kwetsbaar zijn ziek.**

## Oei! Heb ik het nu?



Als je **koorts**, **keelpijn** of **snot** hebt, of moet **hoesten** of **benauwd** bent, kun je ziek zijn door Covid-19. Je kunt dan ook een **'gewone' griep** hebben, of verkouden zijn. We kunnen pas zeker weten of jij Covid-19 hebt als we een **test** doen. Alleen heel erg zieke mensen worden getest.

Covid-19 maakt kinderen zelden heel erg ziek. Je hoeft je dus geen zorgen te maken. Wel is het belangrijk om **thuis** te blijven, om de verspreiding van het virus af te remmen. Als je ziek bent (of een beetje ziek) mag je niet met andere kinderen spelen.

Bel je huisarts alleen als je je zieker voelt (**koorts** hoger dan 38 graden en moeite met **ademhalen**).

## Kwetsbare personen

Covid-19 maakt kwetsbare mensen heel erg ziek. Zij moeten dan naar het **ziekenhuis**.

Sommige mensen gaan **dood** aan Covid-19.



## Immunitet en groepsimmunitet

Als je ziek bent geweest door Covid-19, ben je daarna meestal **immuun**: je lichaam heeft dan afweercellen en antistoffen gemaakt tegen het virus. Bij een volgende besmetting ben je dan beter **beschermd**. Je wordt niet nog een keer ziek.

Als heel veel mensen in een groep (of land) immuun zijn, noemen we dat **groepsimmunitet**. Omdat veel mensen uit die groep dan niet meer ziek worden, kan het virus zich minder snel verspreiden. Dat maakt de kans dat mensen die niet immuun zijn toch ziek worden ook kleiner. **Zo beschermen we elkaar**.



## Kunnen we dan niet beter nu snel ziek worden?

Is het dan niet handiger om nu snel ziek te worden? Voor snellere groepsimmunitet? **Nee, helaas**: dan zouden alle **ziekenhuizen heel snel vol** raken. Er is dan geen plek meer voor alle ernstig zieke mensen. Omdat Covid-19 zich zo snel verspreidt, liggen ziekenhuizen in bijvoorbeeld Italië al overvol.



## Komt er een geneesmiddel?

Wetenschappers zoeken nu heel hard naar een **vaccin** of naar **geneesmiddelen**. Vaccinatie beschermt ons tegen de ziekte. Maar voor er een vaccin is, moeten we geduld hebben.



## Ik maak me zorgen

Misschien maak je je zorgen over je opa of oma of iemand die kwetsbaar is. Of misschien heb je nog vragen.

**Praat erover** met je ouders of andere volwassenen. Zoek samen naar **betrouwbare informatie**.



## Meer informatie

Betrouwbare informatie vind je op:  
[www.rivm.nl/coronavirus](http://www.rivm.nl/coronavirus)  
of:  
[www.thuisarts.nl/nieuw-coronavirus](http://www.thuisarts.nl/nieuw-coronavirus)

