



BELGISCHE **SHIATSU** FEDERATIE
FÉDÉRATION BELGE DE **SHIATSU**

BEHANDELPROTOCOL Covid-19

Belgische Shiatsu Federatie

Versie 1.3.2021.

=> Overheidsmaatregelen wijzigen naargelang de situatie, consulteer www.info-coronavirus.be voor de laatste updates. Het protocol wordt bijgewerkt naarmate de regelgeving evolueert.

In dit document vind je alle informatie over het behandelprotocol. Dit werd opgesteld om je zo goed mogelijk voor te bereiden op de herstart van uw praktijk nadat de maatregelen van de overheid om de verspreiding van het corona-virus onder controle te krijgen zijn opgeheven.

Colofon

Dit behandelprotocol wordt uitgegeven door de Belgische Shiatsu Federatie

Redactie

Verantwoordelijke uitgever: Luc De Cuyper, voorzitter BSF vzw

Voor vragen of opmerkingen over de inhoud van dit document kunt u zich richten tot info@shiatsu.be

Uitgave en copyright: BFS vzw / FBS asbl Van Schoonbekestraat 148, 2018 Antwerpen

Inhoud

- 1. Inleiding**
- 2. Basiskennis Covid-19**
 - 2.1. Het Coronavirus
 - 2.2. Verspreiding, symptomen en beloop
- 3. Beschermingsmaatregelen bevolking**
- 4. Beschermingsmaatregelen voor de shiatsu-praktijk**
 - 4.1. Regelgeving
 - 4.2. De Covid-coördinator
 - 4.3. Communicatie en informatie
 - 4.4. Afstandsregels
 - 4.5. Duurtijd van de shiatsu-sessie
 - 4.6. Hygiëne
 - 4.7. Reiniging van de ruimten
 - 4.8. Verluchting van de ruimten
 - 4.9. Beheer besmette personen
 - 4.10. Covid 19 en immuniteit
 - 4.11. Compliance en handhaving
- 5. Meer informatie**

1. Inleiding

Sinds het uitbreken van corona-pandemie heeft de Belgische federale regering een aantal maatregelen getroffen die er vooral op gericht waren de verspreiding van besmettingen te voorkomen. Dit gebeurde in verschillende fases naarmate de ernst van en de omvang van de crisis duidelijker werd. Deze maatregelen werden sindsdien op regelmatige tijdstippen geëvalueerd en bijgesteld.

Zodra wordt beslist dat shiatsu-beoefenaars terug aan het werk mogen, dienen enkele maatregelen in acht genomen te worden zodat de behandelingen in veilige omstandigheden zullen plaatsvinden. Als Belgische Shiatsu Federatie hebben we daartoe specifieke richtlijnen geformuleerd die onderwerp zijn van dit behandelprotocol. We rekenen op uw verantwoordelijkheid om correct gevolg te geven aan deze richtlijnen.

Wij wensen te benadrukken dat uw cliënten die symptomen vertonen van respiratoire infecties ten allen tijde hun huisarts moeten bellen en zeker niet langskomen bij u in de praktijk. Jij als shiatsu-beoefenaar moet s'ochtends van je werkdag je temperatuur meten. Stel je een verhoogde temperatuur vast, kan je niet werken.

Tot slot willen wij uitdrukkelijk onze dank en steun uitspreken voor het respecteren van de verplichte sluiting in de voorbije weken en voor het volgen van de richtlijnen hierna vermeld. Wij weten dat jullie met bijzondere uitdagingen werden en worden geconfronteerd. Wees verzekerd dat wij alles blijven doen dat in onze mogelijkheid ligt om u daarbij zo goed mogelijk te blijven ondersteunen.

2. Basiskennis Covid-19

(Overgenomen van www.sciensano.be)

2.1. Het Coronavirus

Coronavirussen (CoV) zijn een grote familie van **virussen** die ziekten veroorzaken, variërend van een verkoudheid tot ernstige ziekten zoals MERS-CoV (Middle East Respiratory Syndrome) en SARS-CoV (Severe Acute Respiratory Syndrome). Coronavirussen zijn **zoönitisch**, wat betekent dat ze worden overgedragen tussen dieren en mensen.

Covid-19

Het coronavirus SARS-CoV-2 (voorheen 2019-nCoV genoemd), **veroorzaakt de ziekte Covid-19** en is een nieuwe stam die nog niet eerder bij mensen was geïdentificeerd. Het werd voor het eerst gerapporteerd in Wuhan, China, op 31 december 2019, vandaar de oorspronkelijke naam 2019-nCoV.

De Belgische gezondheidsautoriteiten volgen de uitbraak op de voet. Blijf op de hoogte van de **nieuwste informatie en procedures** voor:

[gezondheidsprofessionals](#) of [algemene bevolking\(externe link\)](#) of [diagnostische of onderzoeklaboratoria \(externe link\)](#)

Bezoek deze pagina's voor dagelijkse updates.

Blijf op de hoogte van de **meest recente cijfers** via het dagelijks [epidemiologisch rapport](#) of onze [dynamische grafieken\(externe link\)](#).

2.2. Verspreiding, symptomen en beloop

(overgenomen van <https://www.uza.be/veelgestelde-vragen-covid-19>)

Hoe verspreidt COVID-19 zich?

Het coronavirus verspreidt zich van mens op mens via kleine druppeltjes die bij hoesten en niezen vrijkomen. Via die druppeltjes komt het virus terecht in de lucht, op voorwerpen en oppervlakken. Wie die druppeltjes inademt of via de handen in de mond, neus of ogen binnenkrijgt, kan besmet raken met het virus. Er is geen bewijs dat de besmetting via de huid gebeurt. Het risico op besmetting verkleint door meer dan anderhalve meter afstand te houden van zieke personen, het gezicht zo weinig mogelijk aan te raken en aandacht te hebben voor een goede handhygiëne.

[Lees meer over de verspreiding van COVID-19 op de website van de overheid.](#)

Incubatietijd

Tot nu toe bleek de tijd tussen de besmetting en de eerste symptomen (incubatietijd) 2 tot 14 dagen. Nieuwe data wijzen echter op een kortere gemiddelde incubatietijd van 5-7 dagen. Tijdens deze incubatietijd is het virus vermoedelijk al overdraagbaar.

Meer onderzoek is nodig en momenteel lopende om goed te begrijpen hoe en wanneer de belangrijkste overdracht van het virus gebeurt.

Wat zijn de symptomen?

De symptomen variëren van milde tot ernstige luchtwegaandoeningen met koorts, hoesten en ademhalingsmoeilijkheden.

Wie zijn de risicogroepen?

Bepaalde bevolkingsgroepen worden beschouwd als 'risicogroepen'; zij zijn meer kwetsbaar voor het ontwikkelen van ernstige symptomen. Het gaat hier voornamelijk over personen ouder dan 65 jaar en personen die lijden aan ernstige chronische ziektes (diabetes, hart-, long- of nieraandoeningen) en personen van wie het immuunsysteem verzwakt is.

De kans dat een gezonde twintiger, dertiger of veertiger het coronavirus oploopt is even groot als de kans dat iemand anders het virus krijgt. Ziekenhuisopnames en andere complicaties die te maken hebben met het coronavirus komen binnen deze leeftijdsgroep weinig voor.





Er zijn geen wetenschappelijke aanwijzingen dat zwangere vrouwen vatbaarder zijn voor COVID-19, of voor de gevolgen ervan. Geruststellend is dat er onder de erg zieke patiënten weinig zwangere vrouwen zijn. Er zijn ook geen aanwijzingen dat een COVID-19-infectie tijdens de zwangerschap een negatief effect heeft op de foetus of dat het virus tijdens de zwangerschap overgedragen kan worden van moeder op kind.

Baby's en kinderen kunnen ook besmet geraken met het coronavirus, maar ze lopen weinig risico om erg ziek te worden. Ze kunnen wel makkelijk het virus doorgeven, zelfs als ze nog geen symptomen vertonen. De overheid beveelt dus aan om contact te vermijden tussen kinderen en de risicogroepen, zoals hun grootouders.

3. Beschermingsmaatregelen bevolking

De overheid neemt maatregelen om kwetsbare groepen te beschermen en om de verspreiding van het coronavirus in te perken en te vertragen door situaties te vermijden waarbij veel mensen samenkomen en zo de kans op een contact tussen een mogelijke besmette persoon en gezonde personen te verminderen. Verder kun je een besmetting voorkomen door onderstaande richtlijnen in acht te nemen.

**BESCHERM JE TEGEN VIRUSSEN
ZOALS HET CORONAVIRUS COVID-19
OF DE SEIZOENSGRIEP!**

- 1** WAS REGELMATIG JE HANDEN. 
- 2** GEBRUIK ELKE KEER EEN NIEUW PAPIEREN ZAKDOEKJE EN GOOI HET WEG IN EEN AFSLUITBARE VUILNISBAK. 
- 3** HEB JE GEEN ZAKDOEKJE BIJ DE HAND? HOEST OF NIES IN DE BINNENKANT VAN JE ELLEBOOG. 
- 4** BLIJF THUIS ALS JE ZIEK BENT. 

ALLE INFO OP
www.info-coronavirus.be



V.U. TOM AUWERS, VICTOR HORTAPLEIN 40/10, 1060 BRUSSEL



Download hier de poster voor jezelf en/of je praktijk:

https://d34j62pglfm3rr.cloudfront.net/downloads/20200217_coronavirus_poster_general_NL.pdf

4. Beschermingsmaatregelen voor de shiatsu-praktijk

4.1. Regelgeving

Respecteer de geldende regelgeving en informeer u regelmatig over de actuele coronamaatregelen (federaal, regionaal, lokaal, ...). De normen van de Gids voor heropenen van bedrijven van de FOD werk zijn geïntegreerd in dit protocol.

In het geval dat je (ook) werkt in een externe praktijk, consulteer en respecteer de coronagids van de werkplek.

<https://www.info-coronavirus.be/nl/>

https://werk.belgie.be/sites/default/files/content/news/Generiekegids_versie3.pdf

<https://economie.fgov.be/nl/themas/ondernemingen/coronavirus/toegelaten-economische/coronavirus-tips-voor-winkels>

4.2. Covid-coördinator

Wijs een Covid-verantwoordelijke aan voor uw praktijk en/of opleidingscentrum. Ben je zelfstandig zonder personeel, dan ben je dat zelf. De Covid-verantwoordelijke maakt een hygiëneplan op en een behandelprotocol voor zijn/haar praktijk. Je kan het voorliggende behandel-protocol als leidraad gebruiken. (Zie ook de checklist in bijlage) De Covid-verantwoordelijke staat in voor het toezicht en de handhaving van de maatregelen en voor een continue verbetering ervan.

Vermeld de naam en contactgegevens van de Covid-coördinator op de affiche die je in je praktijk op een duidelijk zichtbare plaats ophangt.

4.3. Communicatie en informatie

Algemeen: Zorg voor een goede communicatie van de preventiemaatregelen naar alle stakeholders (cliënten, leveranciers, ...) Communiceer de preventiemaatregelen mondeling, via affiches in je praktijk en op je website.

Breng uw cliënt altijd vooraf op de hoogte van de hygiënemaatregelen die genomen werden.

Te communiceren minimumregels:

- Houdt 1,5 m afstand
- Kom alleen naar de afspraak
- Kom niet als jij of één van je naasten symptomen heeft
- Volg altijd aandachtig de instructies van het personeel van de praktijk
- Geef geen hand, kus of omhelzing ter begroeting
- Praat zo weinig mogelijk tijdens de shiatsu-sessie
- Algemene instructies: hoest of nies in je elleboog of in een papieren zakdoek die je onmiddellijk in een vuilnisbak met deksel gooit, was je handen bij aankomst en vertrek, enz.

4.4. Afstandsregels

De individuele praktijk

Plan je afspraken zodanig dat er zich maar één enkele cliënt tegelijk in je praktijk bevindt.

Voorzie voldoende tijd tussen uw afspraken (minstens 10 minuten), zodat mensen elkaar niet kunnen kruisen, maar ook om jezelf de tijd te geven om de ruimte te reinigen en te

verluchten. Vraag aan de cliënt om op het exacte tijdstip te komen. Indien de cliënt te vroeg is vraag hem buiten of in de auto te wachten en niet in de wachtkamer. De wachtzaal mag niet gebruikt worden.

De groepspraktijk

Werk je met meerdere personen in een groepspraktijk, hou dan rekening met de algemene regels van 1,5m afstand en draag een chirurgisch mondmasker. Maak je gebruik van dezelfde pauzeruimte, neem dan op verschillende tijdstippen je rustpauze.

Zorg voor spreiding van het beginuur van de cliënten zodat ze elkaar niet kruisen in de hal. Duo-behandelingen zijn niet toegelaten.

Kinderen en personen die begeleiding nodig hebben

Personen die begeleiding nodig hebben mogen vergezeld worden van één volwassene. Dezelfde hygiëne maatregelen gelden voor de begeleidende volwassene.

Kinderen jonger dan 13 jaar mogen vergezeld worden door één ouder. Voorzie aparte momenten voor kinderen. Laat geen samenkomst van kinderen toe in een ruimte (behalve kinderen van hetzelfde gezin). Stel indien nodig aan de ouder voor dat hij een spel/een bezigheid meebrengt voor elk kind. Zorg ervoor dat de ouders en kinderen bij aankomst hun handen reinigen. Begeleid het kind als het naar het toilet moet en reinig achteraf het toilet. Voor grotere kinderen wacht de niet-noodzakelijke ouder buiten.

De amulante shiatsu-beoefenaar

Dienstverlening aan huis is verboden, ook bij de dienstverlener thuis, als dat niet de zaak is. Werken in een woonzorgcentrum kan enkel in een daarvoor vrijgehouden, aparte, fysiek afsluitbare en goed verluchte en ventileerbare ruimte. Voor wat betreft ventileren en verluchten verwijzen we naar punt 4.8. van dit document en naar de website <https://www.zorg-en-gezondheid.be/binnenmilieu-in-wzc>.

4.5. Duurtijd van de shiatsu-sessie

Beperk de aanwezigheid van je cliënt in je praktijk tot de duurtijd van de shiatsu-sessie. Er blijft een verbod om sessietijd te besteden aan 'extra-professionele' activiteiten, zoals het aanbieden van thee.

Je dient minstens 10 minuten tussen 2 afspraken te voorzien voor verluchting van de ruimte en het reinigen van de praktijk.

4.6. Hygiëne

Algemeen: Zorg voor een goede basishygiëne.

De Cliënt : Verwelkoming - afscheid

Open en sluit zelf de deur(en)

Verwelkom je cliënten zonder handdruk, kus of omhelzing

Je kan eventueel bij het binnenkomen de temperatuur meten van je cliënten. Vanaf een verhoogde lichaamstemperatuur vraag je hen om een arts te contacteren en annuleer je de afspraak. Doe dit ook bij zichtbare symptomen van een infectie van de luchtwegen.

Help je cliënten niet met hun jas, laat hen die zelf uitdoen en weghangen. Het plaatsen van een vestiaire wordt afgeraden. Spoor je cliënten aan om hun jas in hun voertuig of in hun tas te laten. Hou de kleren van verschillende personen van elkaar gescheiden.

Vraag je cliënt op voorhand om gemakkelijke kleding te dragen zodat hij/zij zich niet meer moet omkleden in de praktijk

Je cliënt (ouder dan 12 jaar) moet een mondmasker dragen, een alternatief zoals een sjaal of bandana is niet toegelaten. Zorg voor een voorraad aan mondmaskers voor het geval je cliënt er geen bij heeft. Personen die wegens een handicap dat door een medisch attest wordt bewezen, geen mondmasker, geen ander alternatief in stof of geen gezichtsschermbekleding kunnen dragen, zijn niet gehouden door die verplichting.

Middelen voor de noodzakelijke handhygiëne worden ter beschikking gesteld aan de ingang van en op verschillende plaatsen binnen de zaak.

Bij het binnenkomen en na de behandeling allebei handen reinigen.

Instructie filmpje handen wassen:

<https://www.youtube.com/watch?v=ioppHbcUk-0&feature=youtu.be>

Instructie filmpje handen ontsmetten:

<https://www.youtube.com/watch?v=fFKXAoVYbjA&feature=youtu.be>

Bied de cliënt geen drank of hapje aan.

Herinner je cliënt aan de hoest- en niesetiquette en vraag hen ook om tijdens de behandeling niet hun gezicht aan te raken.

Stimuleer je cliënt om elektronisch, bij voorkeur contactloos, te betalen. Reinig de betaalterminal na elk gebruik.

De shiatsu-sessie

Vermijd het behandelen van het gelaat bij je cliënt. Vermijd in de ademruimte te komen van je cliënt of lange tijd boven mond- en neuszone te komen. Indien noodzakelijk mag het mondmasker afgenomen worden gedurende de tijd strikt noodzakelijk voor de behandeling van het aangezicht.

De shiatsu-beoefenaar (persoonlijke bescherming)

Je moet dagelijks je temperatuur meten voordat je begint met werken. Als je een verhoogde temperatuur meet annuleer je je afspraken.

Je bent verplicht om een CE-erkend chirurgisch mondmasker te dragen.

Draag geen sieraden zoals armband of ringen, ook geen polshorloge

Was je handen voor en na de shiatsu-sessie.

Draag korte mouwen, zodat je bij het handen wassen de onderarmen mee kan nemen

Bedek kleine wondjes (dat vergemakkelijkt het schoonmaken).

Was je werkkleren elke dag op minstens 60°C, gescheiden van je privékleedij

De praktijkruimte

Algemeen: Per 10 m² vloeroppervlakte die toegankelijk is voor klanten, is één klant toegelaten.

Richt de ruimte zo in dat producten die uitgestald zijn met het oog op verkoop niet binnen handbereik van je cliënten zijn.

Verwijder zoveel mogelijk stoffen materialen in de praktijkruimte.

Zet een bakje klaar waarin de klant bril, uurwerk, sieraden, ... kan leggen (ook reinigen na elk gebruik)

Maak gebruik van afsluitbare vuilbakken, ledig en reinig regelmatig de vuilbak

De toilet

Voorzie papieren handdoekjes en geen stoffen handdoek of elektrische handdroger

Vraag je cliënten om het toiletdeksel te sluiten alvorens door te spoelen

De wachtruimte

De wachtruimte moet gesloten blijven. Als je cliënt te vroeg is wacht hij/zij buiten tot het beginuur van de afspraak. Je kan hen eventueel via een berichtje laten weten als je klaar bent om hen te ontvangen.

Indien de wachtruimte zich in de hal bevindt, zorg je ervoor dat de hal niet gebruikt wordt als wachtruimte. Vermijd dat cliënten doorheen privé ruimtes passeren of je gezinsleden kunnen kruisen/ontmoeten bij het binnen en buiten gaan

4.7. Reiniging

Richt je lokalen zo in dat ze makkelijk schoongemaakt en gereinigd kunnen worden: verwijder alle siervoorwerpen.

Reinig na elke cliënt alle oppervlakten die in contact komen met cliënten (tafel, stoel, klink, ...). Hiervoor dienen de 10 minuten tussen 2 afspraken.

Gebruik wegwerpdoekjes voor het hoofdeinde van uw futon, body-cushion of was de katoenen overtrekjes op minimaal 60°C

Leg een propere handdoek op de futon of massagetafel voor elke nieuwe klant. Je kan hen ook vragen om hun eigen grote handdoek mee te brengen. Was het linnen op minstens 60°C, gescheiden van je privé linnen

Plaats plastic zakken in uw vuilnisbakken en vervang ze regelmatig. Maak de vuilnisbakken schoon en reinig ze.

Maak elke avond de ruimte schoon met water en zeep. Was elke dag de schoonmaakdoeken en de dweilen op een minimumtemperatuur van 60 °C.

4.8. Verluchting van de ruimten

De ruimte moet voldoende verlucht en geventileerd worden, minimum door het openen van ramen en deuren, zelfs bij slecht weer. Indien de ruimte uitgerust is met een CO₂-meter die de reële CO₂-concentratie continu en in real time meet, dan mogen ramen en deuren gesloten blijven. Als de CO₂-concentratie te hoog is, d.w.z. meer dan 800 ppm, dan moet er voor een betere ventilatie van de ruimte gezorgd worden zodat de concentratie onder de 800 ppm zakt.

4.9. Beheer besmette personen

Maak gebruik van de Coronalert applicatie voor contacttracing.

Vraag je cliënt om de afspraak te verplaatsen als zijzelf of iemand waarmee ze samenwonen in de voorbije 2 weken symptomen vertoonden van een infectie van de bovenste of onderste luchtwegen. Raad hem bij de minste twijfel aan om zijn huisarts te bellen. Laat hem in dat geval niet naar de afspraak komen.

Informeer je medewerkers en cliënten over de mogelijkheid van vrijwillige vaccinatie.

Met betrekking tot de geldende regels over het test- en quarantainebeleid informeer u hier:

<https://www.info-coronavirus.be/nl/>

4.10. Covid-19 en immuniteit

De overheid zet met haar corona-maatregelen, de coronalert-applicatie en de vrijwillige vaccinatie in op maximale vermindering van besmetting.

Als shiatsu-beoefenaars zetten we ook in op maximale versterking van het immuunsysteem van onze cliënten via shiatsu en een gezonde levensstijl.

4.11. Compliance en handhaving

De overheid vraagt van ons om ervoor te zorgen dat dit Covid-behandelprotocol goed nageleefd wordt.

Eerstelijnscontrole: De aangeduide Covid-verantwoordelijk controleert de naleving van de richtlijnen

Tweedelijnscontrole: We rekenen op uw verantwoordelijkheidszin om correct gevolg te geven aan deze richtlijnen. Als blijkt dat het Covid-behandelprotocol bewust genegeerd wordt, loop je het risico dat de BSF als beroepsorganisatie dient in te grijpen.

Derdelijnscontrole: Er zullen controles worden uitgevoerd op de naleving van dit protocol door de overheid

5. Meer informatie

Klik hier voor de 'Gids voor de opening van de handel' van 12.1.2021 van de FOD Economie <https://economie.fgov.be/nl/publicaties/coronavirus-gids-voor-de>

Voor meer informatie en de laatste stand van zaken inzake corona en de corona-maatregelen van de overheid raadpleeg volgende websites:

<https://www.info-coronavirus.be/nl/>

www.info-corona.be

www.sciensano.be

<https://www.uza.be/veelgestelde-vragen-covid-19>

www.health.belgium.be

www.zorg-en-gezondheid.be

Bijlage: checklist Coronaprotocol van het Regeringscommissariaat Corona