

# Risicogroepen en COVID-19

Menu Menu ingeklapt

Wijzigingsdatum 06-10-2020 | 20:44

Sommige mensen hebben een grotere kans om ernstig ziek te worden of te overlijden door het nieuwe coronavirus dan anderen.

- **Mensen die ouder zijn dan 70 jaar**

Mensen die ouder zijn dan 70 jaar hebben een verhoogd risico op ernstig beloop van COVID-19. Dat blijkt uit internationaal onderzoek. Ook in Nederland is de helft van de patiënten die met COVID-19 in het ziekenhuis zijn opgenomen ouder dan 69 jaar. Van de overledenen (die getest zijn) is driekwart ouder dan 76 jaar.

**Kwetsbare ouderen die moeite hebben om hun zelfredzaamheid te behouden, lopen meer risico dan vitale ouderen.**

Kwetsbaarheid neemt toe met de leeftijd en kan zich uiten op verschillende gebieden. De ene kwetsbare oudere heeft bijvoorbeeld hulp nodig bij de lichamelijke verzorging terwijl de andere heel vergeetachtig is en naar de dagbesteding gaat.

- **Volwassenen (ouder dan 18 jaar) met onderliggende ziekten**

Volwassenen met bepaalde onderliggende aandoeningen hebben ook een groter risico op een ernstig beloop van COVID-19. Het gaat om (één van) de volgende aandoeningen:

- Mensen met **chronische luchtweg- of longproblemen** die onder behandeling van een longarts zijn.
- Chronische **hartpatiënten** die daardoor in aanmerking komen voor een griepvaccinatie.
- Mensen met **suikerziekte** die slecht ingesteld zijn en/of met complicaties.
- Mensen met een **nierziekte** die moeten dialyseren of wachten

- op een niertransplantatie.
- Mensen met een **verminderde weerstand** tegen infecties doordat zij medicijnen gebruiken voor een auto-immuunziekte en mensen die een orgaan of stamceltransplantatie hebben ondergaan. Mensen die een bloedziekte hebben. Mensen met een verminderde weerstand doordat ze weerstand verlagende medicijnen nemen. Kankerpatiënten tijdens of binnen 3 maanden na chemotherapie en/of bestraling. Mensen met ernstige afweerstoornissen waarvoor zij behandeling nodig hebben van een arts. Mensen die geen milt hebben, of een milt die niet functioneert, lopen geen extra risico op ernstige COVID-19, maar wel op een mogelijke (secundaire) infectie met pneumokokken.
  - Mensen met een **hiv-infectie** die (nog) niet onder behandeling zijn van een arts of met een hivinfectie met een CD4 cluster of differentiation 4 getal onder <200/mm<sup>2</sup>.
  - Mensen met ernstige **leverziekte**.
  - Mensen met **zeer ernstig overgewicht**.

## Adviezen voor mensen uit risicogroepen

Mensen uit risicogroepen wordt aangeraden om extra voorzichtig te zijn en de maatregelen goed op te volgen. Ook voor bezoekers van mensen die tot een risicogroep behoren is het extra belangrijk om de basisregels goed op te volgen.

## Algemene maatregelen

De basismaatregelen die voor iedereen in Nederland gelden, gelden ook voor mensen uit risicogroepen:

- Bij klachten die bij COVID-19 kunnen passen: laat je testen en blijf thuis tot de uitslag van de test bekend is.

- Houd steeds 1,5 meter afstand tot anderen buiten het huishouden.
- Vermijd drukte.
- Volg de algemene hygiëne-adviezen.

## Aanvullende adviezen

Voor mensen uit risicogroepen is het belangrijk om 'oncontroleerbare' situaties te vermijden. Dit zijn situaties waar het niet mogelijk is om 1,5 meter afstand te houden en waar ook niet gecontroleerd wordt of mensen klachten hebben. Op deze manieren kunt u oncontroleerbare situaties vermijden en de kans op besmetting beperken:

- **Bezoek ontvangen**

Vraag bezoek vooraf [of ze klachten hebben](#), houd je aan de 1,5 meter en hygiënemaatregelen. Als het mogelijk is om bezoek buiten te ontvangen, is dat beter dan binnen.

- **Op bezoek gaan**

Wees terughoudend. Vraag vooraf bij de gastheer of gastvrouw en eventuele andere aanwezigen [of ze klachten hebben](#), houd je aan de 1,5 meter en hygiënemaatregelen.

- **Boodschappen**

Vermijd locaties waar het lastig kan zijn 1,5 meter afstand te houden, zoals supermarkten, bouwmarkten of drukke winkelstraten. Als een bezoek onvermijdelijk is, kies dan een rustig tijdstip. Kwetsbare ouderen kunnen beter iemand anders boodschappen laten doen of de boodschappen laten thuisbezorgen.

- **Bijeenkomsten**

Vermijd grote bijeenkomsten.

- **Vervoer**

Vermijd het openbaar vervoer. Als je deelneemt aan dagbesteding kun je wel gebruikmaken van het vervoer daarnaar toe. De vervoerder neemt passende maatregelen.

- **Oppassen op (klein)kinderen**

De 1,5 meter maatregel voor kinderen is versoepeld, omdat zij een kleine rol spelen in de verspreiding. Kinderen tot en met 12 jaar hoeven onderling én tot volwassenen geen 1,5 meter afstand te houden. (zie ook [de pagina Kinderen en COVID-19](#)) Dit betekent het volgende voor mensen uit risicogroepen:

- **Vitale 70-plussers** kunnen gewoon oppassen op (klein)kinderen onder de 13 jaar. Zij hoeven niet 1,5 meter afstand tot de kinderen te houden en mogen ook knuffelen met de kinderen.
- **Kwetsbare ouderen** kunnen wel oppassen, maar we adviseren hen om extra voorzichtig te zijn en bij voorkeur wel 1,5 meter afstand te houden.
- **Volwassenen met onderliggende ziekten** kunnen, afhankelijk van hun medische situatie, in sommige gevallen wel oppassen. Zij kunnen dit bespreken met hun behandelaar. We adviseren hen om extra voorzichtig te zijn en bij voorkeur wel 1,5 meter afstand te houden.

Bekijk ook de [adviezen voor opa's en oma's die willen oppassen op de website van het Nederlands Jeugdinstituut](#).

## **Stel je bezoek de volgende gezondheidsvragen:**

- Heb jij of één van je huisgenoten last van verkoudheidsklachten, zoals neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, lichte hoest, benauwdheid en/of temperatuurverhoging?
- Heb je andere klachten, voel je je niet lekker?
- Heb je de afgelopen 2 weken contact gehad met iemand die het nieuwe coronavirus heeft?
- Ben je korter dan 14 dagen geleden uit een regio/land teruggekeerd met code 'oranje' of 'rood'?

Laat het bezoek niet doorgaan als één van de vragen met ja wordt

beantwoord.

## **Maatregelen voor huisgenoten van kwetsbare mensen**

Als je huisgenoot bent van iemand met een kwetsbare gezondheid, dan is het belangrijk dat je [de maatregelen](#) net zoals iedereen zo goed mogelijk opvolgt, om een COVID-19 besmetting te voorkomen.

## **Geen groter risico voor kinderen in de risicogroep**

Kinderen met onderliggende medische problematiek lijken geen groter risico te lopen op een ernstig beloop van COVID-19 dan gezonde kinderen. Bij twijfel of je kind naar school, kinderopvang of BSO kan, is het verstandig te overleggen met de behandelend (kinder)arts en de schoolleiding. Als een gezinslid in de risicogroep valt en onder specialistische behandeling is, overleg dan met de arts en de schoolleiding of het kind naar school kan.

## **Veelgestelde vragen**

### **Ik heb astma / ik ben allergisch. Ben ik dan ook gevoeliger voor COVID-19?**

Nee. Op basis van de kennis van nu lijkt het erop dat je als astma- of allergiepatiënt niet meer risico loopt op COVID-19. Als je tenminste de medicatie volgens voorschrift inneemt.

### **Hebben mensen die een grieprik hebben gehad een voor- of nadeel met het nieuwe coronavirus?**

De grieprik biedt bescherming tegen griep. Het beschermt niet tegen andere virussen, zoals het nieuwe coronavirus. Er is geen bewijs dat mensen die de grieprik hebben gehad vatbaarder zijn voor het nieuwe

coronavirus. Je weerstand vermindert niet na een grieprik. Ook is er geen bewijs dat de grieprik zelf een grotere kans op COVID-19 geeft. Daarnaast heeft een grieprik geen invloed op hoe erg de klachten zijn, als je ziek wordt.

[Meer vragen en antwoorden over COVID-19](#)