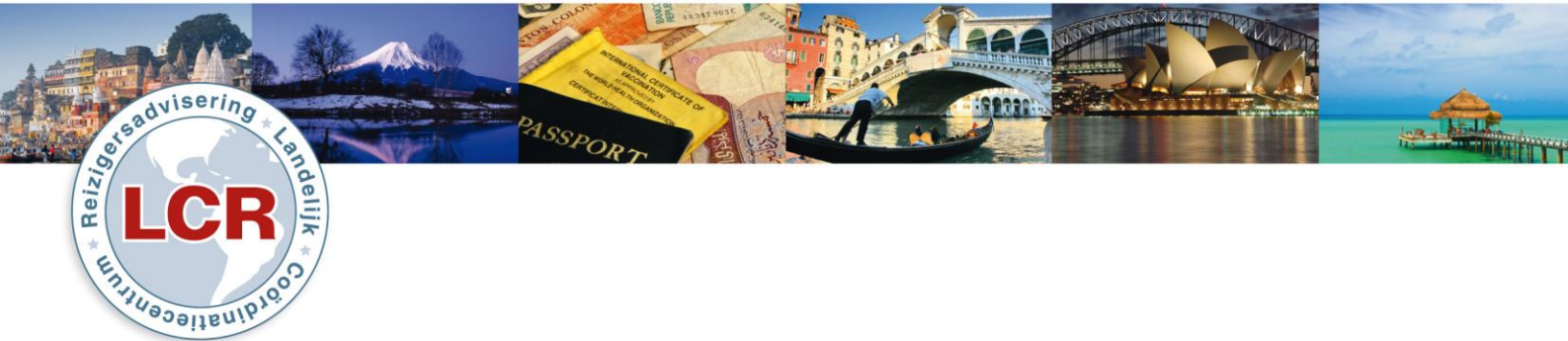




Reizen en COVID-19 (corona)

Wat is COVID-19?

COVID-19 (coronavirus disease 2019) is een besmettelijke ziekte. Het wordt veroorzaakt door het virus SARS-CoV-2. Dit virus hoort bij de groep coronavirussen. De ziekte werd eind 2019 voor het eerst gezien in Wuhan, China. Nu komt het virus overal ter wereld voor.

Symptomen van COVID-19:

De meest voorkomende symptomen van COVID-19 zijn:

- Verkoudheid
- Koorts
- Hoesten

Andere symptomen kunnen zijn:

- Diarree
- Buikpijn
- Spierpijn
- Misselijkheid
- Hoofdpijn
- Duizeligheid
- Vermoeidheid
- Moeite met ademen
- Plotseling geen reuk of smaak meer

De ziekte kan mild of ernstig zijn. Vooral bij kinderen en jonge volwassenen verloopt het meestal mild. Maar ouderen en mensen met een zwak immuunsysteem kunnen wel ernstig ziek worden. Soms moeten mensen naar het ziekenhuis. Een klein deel van deze patiënten overlijdt.

Hoe kun je COVID-19 voorkomen?

Het virus verspreidt zich vooral door hoesten en niezen. Hierbij komen kleine druppeltjes met het virus in de lucht. Als andere mensen deze inademen, kunnen ze besmet raken. Het is moeilijk om besmetting helemaal te voorkomen.

Je kunt het volgende doen:

- Blijf zoveel mogelijk in de accommodatie als je je ziek voelt. Vermijd bij verkoudheidsklachten fysiek contact met mensen die ernstig ziek kunnen worden van een luchtweginfectie. Als fysiek contact toch nodig is, draag dan een mondkapje.
- Hoest of nies in je elleboog.
- Was regelmatig je handen met water en zeep. Gebruik desinfectans als er geen water en zeep is.
- Zorg voor voldoende ventilatie van binnenruimtes.



Vaccin

Het vaccin beschermt tegen ernstige ziekte. Mocht je toch nog COVID-19 krijgen, dan verloopt de ziekte milder. Het is belangrijk dat mensen boven de 60 jaar een coronaprik halen. Dit geldt ook voor mensen met een ernstige afweerstoornis of kwetsbare gezondheid.

De laatste informatie over corona en vaccineren vind je via de [Rijksoverheid](#).

Regels en eisen in het buitenland

Het is belangrijk om voor vertrek de actuele regels en adviezen in het land van bestemming te kennen. Een land kan bijvoorbeeld een negatieve coronatest of een COVID-19-vaccinatiebewijs vragen, alhoewel dit nauwelijks meer gebeurt. Bekijk ook altijd de actuele regels en adviezen van landen waar je doorheen reist. Deze regels vind je op de website van het [Ministerie van Buitenlandse Zaken](#).

Tot slot

Heb je koorts of ben je ziek op reis? Ga naar een arts. Doe dit ook als je weer terug bent in Nederland. Vertel je (huis)arts in dat geval altijd dat je in het buitenland bent geweest. Zie ook www.lcr.nl voor meer informatie.