



## Bescherming tegen corona en thuisquarantaine

Als u beschermd bent tegen corona hoeft u niet altijd in thuisquarantaine. U bent beschermd tegen corona als u in het afgelopen half jaar corona hebt gehad. Of als u meer dan 14 dagen geleden:

- uw 2e prik kreeg met het vaccin van AstraZeneca, Pfizer of Moderna;
- 1 prik kreeg met het vaccin van Janssen (als u de prik na 14 augustus 2021 kreeg, geldt dat u na 28 dagen volledig bent beschermd);
- 1 prik kreeg met 1 van deze vaccins nadat u langer dan 6 maanden geleden corona had.

## In deze situaties gaat u in quarantaine

**U heeft klachten die passen bij corona (u doet dat ook bij volledige bescherming)**

Heeft u [\(milde\) klachten die passen bij het coronavirus?](#) U blijft thuis en [laat u testen op corona](#). Ook al bent u volledig beschermd.

Uw huisgenoten hoeven niet thuis te blijven.

### **Kinderen tot 12 jaar soms in quarantaine**

Kinderen tot 12 jaar mogen naar school en kinderopvang als zij alleen verkoudheidsklachten hebben.

Kinderen tot 12 jaar blijven thuis als zij:

- naast verkoudheid ook andere klachten hebben;
- nauw contact hadden met een coronapatiënt;
- in afwachting zijn van een testuitslag. Bekijk de pagina [Kind testen op corona](#).

### **Nauw contact met coronapatiënt**

Nauw contact met een coronapatiënt betekent:

- binnen 24 uur;
- minimaal 15 minuten;
- en binnen 1,5 meter van iemand met corona.

## Houd uw gezondheid in de gaten

Houd uw gezondheid in de gaten. Ook als u beschermd bent. Krijgt u klachten die passen bij het coronavirus? [Laat u dan altijd testen](#). Is de test toch positief, dan gaat u thuis in isolatie. Gebruik hiervoor nooit een [corona-zelftest](#).

## Quarantainecheck

Wilt u weten of u het nodig is om te testen en in quarantaine te gaan? Doe de check via [quarantainecheck.rijksoverheid.nl](https://quarantainecheck.rijksoverheid.nl).

## De regels tijdens quarantaine

Tijdens de thuisquarantaine gelden altijd de volgende regels:

- Alleen de mensen die bij u wonen mogen samen met u in huis zijn. U blijft zo veel mogelijk op 1,5 meter afstand van uw huisgenoten. Dus niet knuffelen, niet zoenen en geen seks.
- Ontvang geen bezoek, behalve voor medische redenen (bijvoorbeeld de huisarts of iemand van de GGD).
- Heeft u medische hulp nodig? Ga dan niet naar de huisarts of het ziekenhuis, maar bel de arts.
- Laat anderen boodschappen doen.
- U mag in uw tuin of op uw balkon zitten.
- Werk thuis. Werkt u in de zorg? Dan mag u alleen werken bij uitzondering en als u geen klachten heeft. Overleg dit altijd met de GGD of de bedrijfsarts.
- Reis niet met het openbaar vervoer of met een taxi.
- Vermijd contact met kwetsbare personen tot en met dag 10 na het laatste risicovolle contact. En [blijf de basisregels volgen](#). Krijgt u klachten? Dan blijft u thuis en maakt u een nieuwe testafpraak.

## In isolatie als u corona heeft

Bent u [positief getest op corona](#)? Dan gaat u thuis in isolatie. Ook als u beschermd bent tegen corona en toch besmet bent. U krijgt van de GGD te horen hoe lang de isolatie duurt en wat de regels zijn. Hou altijd zo veel mogelijk afstand van huisgenoten.

Lees de [brief met leefregels voor mensen die positief getest zijn](#) op corona (RIVM).

## Mogelijk ook huisgenoten en nauwe contacten in quarantaine

Heeft u huisgenoten of heeft u daarnaast andere nauwe contacten? Mogelijk moeten zij ook in quarantaine. Hoe lang dit duurt en wanneer zij zich moeten laten testen, hangt ervan af of zij beschermd zijn tegen corona. Op de website van het RIVM vindt u de:

- [brief met instructies voor huisgenoten van positief geteste coronapatiënten](#);
- [brief met instructies voor nauwe contacten](#).

## Hulp en steun bij quarantaine

Kan niemand in uw buurt u helpen met bijvoorbeeld de boodschappen. Of het ophalen van de kinderen van school? Neem dan contact op met uw gemeente. Ook het Rode Kruis heeft een landelijke hulplijn (070-4455 888). Er kijkt dan iemand met u naar hulp in de buurt.

### Brochure over quarantaine

In de brochure [Hulp en steun bij thuisquarantaine](#) vindt u meer informatie, tips en organisaties die kunnen helpen bij het thuisblijven.

### Bekijk ook:

- [Video RIVM: Hoe werkt quarantaine?](#)
- [Video RIVM: Hoe werkt isolatie?](#)
- [Quarantaine en COVID-19 \(RIVM\)](#)
- [Thuisquarantaine na aankomst in Nederland](#)
- [Leefregels voor patiënten, huisgenoten, nauwe contacten en overige contacten \(RIVM\)](#)

