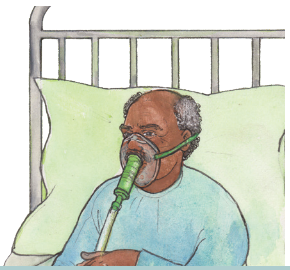
Terug werk toe na COVID-19

Iemand wat COVID-19 gehad het, kan heeltemal herstel en veilig terugkeer werk toe sonder om ander mense aan te steek.

Voltooi jou isolasietydperk

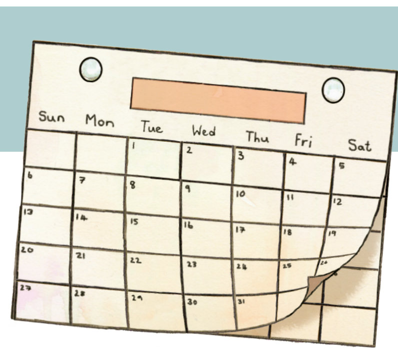
Indien dit 'n ligte siekte is (nie in die hospitaal opgeneem nie), moet jy vir 10 dae in isolasie wees vanaf die datum waarop jou simptome begin het.

Indien dit 'n matige of ernstige siekte is (in die hospitaal opgeneem), moet jy vir 10 dae in isolasie wees vanaf die datum waarop suurstof gestaak is of jou toestand stabiel geword het. Jou dokter sal jou hieroor adviseer.



As jy nie simptome gehad het nie maar wel positief getoets het vir COVID-19, moet jy vir 10 dae in isolasie wees vanaf die datum waarop die toets gedoen is.

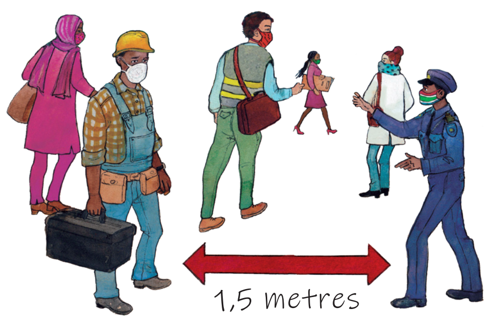
Wanneer is dit veilig om terug te keer werk toe?

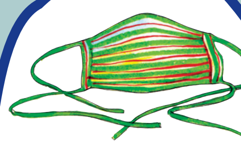


- Indien dit 'n ligte siekte is:
  - Jy kan terugkeer werk toe as jy jou isolasietydperk voltooi het, jy nie meer koors het nie en jou ander simptome verbeter.
  - As jy jou isolasietydperk voltooi het, maar steeds koors het of jou ander simptome het nie verbeter nie, kontak jou gesondheidsfasiliteit of die Provinsiale Blitslyn vir raad.
  - Dis nie nodig om weer 'n COVID-19-toets te laat doen voordat jy terugkeer werk toe nie.
- Indien dit 'n matige of ernstige siekte is, kan jy terugkeer werk toe as jy jou isolasietydperk voltooi het en jou gesondheidsverskaffer bevestig het dat jy in staat is om terug te keer werk toe.
- As jy nie simptome gehad het nie, kan jy terugkeer werk toe as jy jou isolasietydperk voltooi het.

Wanneer jy terugkeer werk toe

- Selfs nadat jy herstel het van COVID-19, is dit steeds belangrik om voort te gaan om 'n masker te dra wanneer jy die huis verlaat en die 5 Goue Reëls vir Goeie Higiëne toe te pas.
- As jou simptome terugkeer of vererger, bly by die huis, lig jou toesighouer in en kontak jou gesondheidsfasiliteit of die Provinsiale Blitslyn vir raad.





Dra altyd 'n masker

5 Goue Reëls

1. Was hande
2. Moenie aan gesig vat
3. Bly 1,5 m uitmekaar
4. Bedek jou hoes
5. Siek? Bly tuis

Wes-Kaapse Regering COVID-19-blitslyn **021 928 4102** of **080 928 4102** (tolvry)

Wes-Kaapse Regering

BLY VEILIG. RED LEWENS.