



Mmoyens

Informatie

Covid-19

Protocol massage tijdens en na Covid-19

*Bron: Belangenvereniging BMS
Oosterhout, 24 april 2020*



Mmoyens

Informatie

Covid-19

Voorwoord

De uitbraak van het Covid-19 virus heeft geleid tot aanpassingen in de hygiënemaatregelen. De oproep van de regering leidde in de massagebranche tot het opstellen van een plan en protocol om zo veilig mogelijk te werken met het oog op het minimaliseren van besmettingsgevaar gedurende een langere periode.

Ik pas zoveel mogelijk richtlijnen uit dit protocol toe in mijn massage praktijk en volg de richtlijnen en werkwijze toe op locatie van Sport Medisch Trainingscentrum. Daarnaast blijf ik de actuele ontwikkelingen en richtlijnen van het RIVM volgen.



1. Verantwoording

De Covid-19 pandemie is ernstig en kan tot grote gezondheidsrisico's leiden. Als gevolg van de huidige corona maatregelen worden op dit moment geen massages gegeven vanwege fysiek contact. De massagebranche staat daarom volledig stil. Het wachten is op het signaal van de overheid dat de contactberoepen weer aan de slag mogen.

Massage is een gezonde manier om het lichaam te stimuleren spanning los te laten. Het is bewezen effectief in het behandelen van stress gerelateerde klachten en het verbeteren van ons immuunsysteem (*Harris & Richards, 2010, p. 924*) (*Moyer et al., 2011, p. 5*) (*Rapport et al., 2012, p. 796*). Als masseur heb ik (ruime) kennis van het menselijk lichaam en kan ik adviseren over een gezondere leefstijl. Dit kan op termijn leiden tot een gezondere en verbeterde weerstand.

Massage en goede hygiëne gaan van oudsher hand in hand. Binnen de massagebranche is er veel aandacht voor en controle op hygiëne. Het is onderdeel van de landelijke criteria van de (sport)masseur (ESPO, 2020) en onderdeel van de beroeps- en gedragscode die ik hanteer.

Massages kunnen niet worden gegeven met in achtneming van 1,5 meter afstand. Direct fysiek huid op huid contact is essentieel. Maar dat betekent niet dat massages niet veilig gegeven kunnen worden. Ik wil straks goed voorbereid aan de slag gaan en neem de maatregelen over uit het protocol van de massagebranche. Hieronder beschrijf ik welke de aangescherpte en hygiënemaatregelen dat zijn.



Mmoyens

Informatie

Covid-19

2. Maatregelen gezondheidsklachten masseur

2.1 Bij verkoudheids-/griepachtige klachten in brede zin (bijv: loopneus, keelpijn, niezen, hoesten, koorts van 38 graden of hoger) geef ik geen behandelingen

2.2 Als sprake is van een vermoedelijke of bevestigde Covid-19 besmetting hervat ik het werk pas als ik tenminste 24 uur klachtvrij ben geweest.

2.3 Zodra ik in aanraking ben geweest met iemand bij wie een Covid-19 besmetting is vastgesteld, stop ik direct met het geven van behandelingen. De massages start ik weer 14 dagen na het contact met de cliënt en alleen als er bij mij geen sprake is van klachten. Voor betreding van de massageruimte geldt dezelfde termijn van 14 dagen.

2.4 Als sprake is van een besmette situatie informeer ik direct alle klanten met wie ik contact heb gehad.



3. Maatregelen gezondheidsklachten klanten

3.1 Klanten kunnen niet naar de praktijk komen als er:

- a. sprake is van verkoudheids-/griepachtige klachten in brede zin (bijv: loopneus, keelpijn, niezen, hoesten, koorts van 38 graden of hoger);
- b. de klant in de 14 dagen voorafgaand aan de behandeling in aanraking is geweest met iemand bij wie een Covid-19 besmetting is vastgesteld.
- c. Bij de klant sprake is van een Covid-19 besmetting en de klant nog geen 24 uur klachtvrij is geweest. Dit geldt ook als de klant meent zeker te weten dat er geen sprake kan zijn van een Covid-19 besmetting (bijvoorbeeld omdat er sprake is van hooikoorts).

Klanten die vallen onder risicogroepen raad ik af zich te laten masseren. Als een klant onder een risicogroep valt, vraag ik hem/haar dit van te voren te melden.

3.2 Als masseur beslis ik of de behandeling gegeven wordt. Bij twijfel wordt de behandeling niet gegeven.

3.3 Informatie uit artikelen 3.1 t/m 3.3 meld ik op de website en in de afspraakbevestiging via whatsapp. De verkorte werkwijze plak ik zichtbaar op de deur.

3.4 Klanten informeer ik actief bij de intake over de werkwijze en wanneer nodig spreek ik hen op fatsoenlijke wijze aan op naleving van dit protocol.

3.5 Indien een klant toch in de praktijk verschijnt met klachten als bedoeld in artikel 3.1 weiger ik de behandeling en vraag de klant direct naar huis te gaan en het mij te melden indien onverhoopt Covid-19 wordt vastgesteld.



4. In en buiten de massageruimte – 1,5 meter afstand

4.1 Op de locatie van Sport Medisch Trainingscentrum (SMTC) waar mijn massageruimte is, gelden maatregelen om ervoor te zorgen dat buiten de behandelkamer 1,5 meter afstand gehouden wordt. SMTC volgt hierbij de richtlijnen van het RIVM voor fysiotherapiepraktijken. Ter voorkoming van tegengestelde verkeersstromen in het pand zijn de volgende maatregelen genomen.

4.2 De klant houdt zich aan het afgesproken tijdstip. Wachtijd kan niet in de wachtruimte worden doorgebracht. Wacht dan buiten het gebouw of in de auto.

4.3 De ingang is aan de voorzijde van de Mathildastraat. Na de behandeling is de uitgang (zie plattegrond) aan de zijkant van het gebouw aan het parkeerterrein van La Cantina / dansstudio Renée.





5. Extra hygiëne

Reiniging massageruimte & materiaal

Ik plan voldoende tijd in voor de extra Covid-19 reinigingstaken aan het einde van de dag en door de dag heen. Dit betekent dat ik per dagdeel 3 behandelingen kan inplannen.

5.1 Na iedere behandeling vervang ik alle handdoeken/hoezen/lakens waarmee een klant in aanraking is geweest.

5.2 De massageruimte wordt na iedere behandeling geventileerd.

5.3 De tafel zelf wordt na iedere behandeling gereinigd.

5.4 Disposables worden eenmalig gebruikt en weggegooid.

5.5 Ter bescherming van mijzelf en de hygiëne is niet toegestaan dat klanten hun eigen handdoeken meenemen.

5.6 De massageruimte wordt aan het einde van de werkdag volledig en grondig gereinigd, waarbij alles wat met handen (vermoedelijk) aangeraakt is ook wordt gedesinfecteerd (denk bijvoorbeeld aan: handgrepen, deurklinken, olieflessen, dispensers, radiatorknoppen).

5.7 In de behandelkamer is desinfecterend reinigingsmiddel aanwezig (spray en papier of desinfecterende wegwerp reinigingsdoekjes).

Persoonlijke (hand)hygiëne masseur en klanten

5.8 Klanten wassen hun handen voorafgaand aan iedere behandeling met desinfecterende gel of met gewone zeep. Het handen wassen gaat volgens de instructies RIVM (minimaal 20 seconden).

5.9 Ik was mijn handen direct na afloop van iedere behandeling.

5.10 In overleg met de klant werk ik tijdens de behandeling met een mondkapje. Dit wissel ik na elke behandeling.

5.12 Massages worden bij voorkeur uitsluitend in buikligging of zijligging gegeven. Als de klant een massage in rugligging (hoofdmassage) nodig vindt, vraag ik het gezicht af te dekken door middel van een mondkapje. Op dit moment zijn er onvoldoende wegwerp mondkapjes in de praktijk op voorraad.



Neem contact op
als je één van de vragen
met **ja** moet beantwoorden

1

Ben je de afgelopen maanden in het buitenland geweest?

2

Heb je gezondheidsklachten zoals: diabetes, hartziekten, longaandoeningen?

3

Heb je milde verkoudheidsklachten zoals; keelpijn, neusverkouden, hoesten, niezen, verhoging, koorts?

4

Ben je of is één van je huisgenoten in aanraking geweest met het coronavirus?



Hygiëne Protocol

- 1 Hou zoveel mogelijk 1,5 meter afstand voor en na de behandeling.
- 2 Kom op de afgesproken tijd en volg de aanwijzingen in het pand (in-/uitgang)
- 3 Ik verwelkom je met een glimlach en niet met een hand
- 4 In overleg met de klant draag ik een mondkapje
- 5 Ik was mijn handen voor en na de behandeling en vraag je dat ook te doen.
- 6 Ivm de hygiëne ligt er voor iedere klant een schone set handdoeken en hoeslaken
- 7 Heb je milde verkoudheidsklachten? Verzet dan de afspraak.
- 8 Ik neem mijn verantwoordelijkheid voor het hygiëne protocol. Doe jij dat ook?