

Veel mensen met Covid 19 verschijnselen zitten met vragen en angsten thuis

80% vindt de beschikbare informatie niet toereikend genoeg

Waarom dit onderzoek?

Als vier medewerkers in dezelfde kantoorruimte binnen vijf dagen ziek worden én voldoen aan de gestelde criteria, geeft dat het sterke vermoeden dat er sprake is van de ziekte Covid-19 veroorzaakt door het Coronavirus. Het overkwam de medewerkers van PPP-Zorg B.V.¹ Zij waren ziek thuis met vele vragen en onzekerheden, welke niet beantwoord werden op internet of TV of door te bellen naar huisarts of GGD. Navraag bij andere mogelijke besmette mensen uit het eigen netwerk gaven aanleiding om zelf een onderzoek via social media te starten.

Het doel van het onderzoek? Inventariseren welke vragen en angsten er leven bij de mensen thuis met Corona verschijnselen, zodat huisartsen, GGD's, RIVM, thuisarts.nl etc., hier met concrete adviezen op kunnen inspelen.

Binnen 14 dagen hebben 350 mensen, die last hadden van Corona ziekteverschijnselen, meegewerkt aan het onderzoek. Van deze groep hebben 209 respondenten de enquête tot de laatste vraag ingevuld. De open slotvraag om tips is door 195 mensen ingevuld.

De grootste groep is ziek geworden tussen 9 en 22 maart j.l. Slechts 15 respondenten zijn getest op het virus, waarvan op één persoon na, allen positief getest werden en dus ziek zijn geworden door het Coronavirus.

Meest gestelde vragen

De meest voorkomende vragen waar mensen thuis mee zitten zijn:

- *Heb ik echt Corona (gehad)?*
 - *Kan ik niet toch getest worden?*
 - *Wanneer ben ik immuun?*
 - *Wanneer ben ik echt niet meer besmettelijk?*
 - *Hoe lang moet ik in quarantaine?*
- En praktische vragen zoals:*
- *Kan ik nog wel bij mijn partner slapen?*
 - *Hoe vaak moet ik schoonmaken of ontsmetten?*
 - *Mag mijn schoonmaakhulp komen of niet?*

Ruim 80% van de mensen geeft aan dat hun vragen tot dan toe niet, nauwelijks of deels beantwoord zijn. Bijna een kwart van de respondenten nam contact op met de huisarts voor specifieke vragen, zoals:

- *Ik heb contact gehad met iemand met Corona. Wat moet ik doen?*
- *Wat kan ik doen tegen de benauwdheid?*
- *Kunnen mijn longen onderzocht worden?*
- *Ik heb al wekenlang aanhoudende hoest, wat mag ik wel of niet doen?*
- *Ik heb geen koorts, maar wel hoest: Kan ik naar mijn ouders?*
- *Wanneer moet ik naar ziekenhuis?*

Meest voorkomende angsten

Meer dan de helft van de respondenten is angstig geweest thuis tijdens of rondom de ziekteperiode. Waarvoor waren mensen vooral angstig?

- *Verergering van de klachten*
- *Om ernstig ziek te worden*
- *Om opgenomen te worden*
- *Om op de IC terecht komen*
- *Voor ernstige benauwdheid*
- *Om te stikken*
- *Angst voor de dood*
- *Besmetten van anderen (bv huisgenoten)*
- *Het onbekende van de ziekte*
- *Machteloosheid*
- *Niet weten hoe lang het gaat duren*
- *Eenzaamheid bij het wegvallen hulpkrachten.*

¹ Positive Perception Program BV heeft als doel 'Positieve Beleving in de zorg van patiënten, cliënten en medewerkers', o.a. te bereiken door het verbeteren van de zorg met behulp van real time feedback van patiënten, cliënten en medewerkers.

- *Om opnieuw ziek te worden*

Respondenten geven aan dat de avonden en nachten de lastigste momenten waren.

De mogelijke gevolgen van de Corona pandemie geeft velen stress. Dat bevestigt meer dan de helft van de respondenten.

Opvallend is dat het grootste deel aangeeft dat de stress vooral komt door de zorg voor en de zorg om anderen, zoals het niet op bezoek kunnen gaan bij of de kans op overlijden van ouders of naasten. Andere stressfactoren, maar beduidend minder gescoord, zijn het verergeren van klachten en het verlies van inkomen.

Tips van ervaringsdeskundigen

“Wat raden respondenten andere patiënten aan die deze ziekte krijgen?” Het antwoord ‘Rust’ staat met stip op 1. En let op: zodra je weer meer dingen wil gaan doen, verslechteren de klachten. Denk dus niet te snel dat je beter bent. Blijf thuis. Leer ademtechnieken voor als je benauwd wordt.

Aanbeveling

Dit onderzoek toont aan dat niet alleen mensen die in het ziekenhuis belanden ongerust of angstig zijn. Ook mensen thuis met Coronaverschijnselen zijn of waren ongerust. Er is duidelijk behoefte aan eenduidige instructie en praktische tips voor zieke mensen thuis en hun huisgenoten. Er mag meer aandacht komen in de media waar deze instructies en tips voor mensen thuis te vinden zijn. Bij voorkeur één centraal digitaal informatiepunt, gezamenlijk opgezet door de professionele instanties, met praktische en eenduidige tips voor de mensen thuis.

Voor meer informatie over het onderzoek, zie www.ppp-zorg.nl en het rapport is opvraagbaar via info@ppp-zorg.nl