

Protocol Holos massage(therapie) in Corona tijd

Iedereen wordt op een bepaalde manier geraakt in deze tijd. Levens zijn niet meer hetzelfde als voor de Corona-crisis. Aanraken is in veel gevallen niet toegestaan, we worden, buiten ons gezin om, aangeraden op fysieke afstand van elkaar te blijven. Er is veel angst, eenzaamheid, stress, onzekerheid, verdriet. Zowel op fysiek, emotioneel, als sociaal-maatschappelijk niveau neemt de gezondheidsschade toe.

Holos masseurs en massagetherapeute¹n dragen door hun holistische manier van werken (de aanraking in combinatie met het aandacht besteden aan alle aspecten die maken dat iemand zich gezond of niet gezond voelt) in belangrijke mate bij aan het verbeteren van iemands gezondheid. Met een gedegen medische basiskennis zijn Holos masseurs en massagetherapeuten adequaat opgeleid om ook in Corona-tijd zorgvuldig en veilig aan te raken c.q. te masseren. Holos masseurs en massagetherapeuten zorgen daarbij voor een hygiënische omgeving die minimaal voldoet aan de RIVM-richtlijnen. De massagetherapeuten moeten daarnaast ook nog voldoen aan de strenge hygiënische richtlijnen die aan praktijken van huisartsen en verloskundigen worden gesteld

Om een bijdrage te leveren aan het verbeteren van de gezondheid van zo velen, hopen Holos masseurs en massagetherapeuten zo snel mogelijk te mogen herstarten met het werk in hun praktijken..

Op 6 mei jl. heeft Minister-President Rutte aangegeven dat de contactberoepen per 11 mei 2020 weer aan het werk mogen. Minimale voorwaarden zijn dat het werk zoveel mogelijk op 1 ½ meter moet worden georganiseerd. Afspraken moeten vooraf zijn gemaakt. En bij het maken van de afspraak informeert de masseur of massagetherapeut naar de gezondheid van de cliënt. Als deze niet tot de risicogroepen behoort (zie protocol) kan behandeling plaatsvinden. Bij deze check aan de 'voorkant' is het dragen van mondkapjes niet nodig.

Met dit document faciliteren we de leden van het Holos Netwerk bij het communiceren naar hun cliënten. Achtereenvolgens is opgenomen

- een model-protocol (bijvoorbeeld ter opname op de website);
- een samengevat model-protocol (om bijvoorbeeld mee te sturen bij het bevestigen van de afspraak);
- een vragenlijst ten behoeve van het informeren naar de gezondheid van de cliënt, bij het maken van de afspraak en suggesties voor zaken die in de opdrachtbevestiging kunnen worden opgenomen;
- een handenwasinstructie.

Dit model heeft geen verplichtend karakter en kan met uitzondering van de hiervoor genoemde minimale voorwaarden naar wens worden veranderd of veranderd.

¹ Met Holos masseurs en massagetherapeuten worden in dit protocol bedoeld masseurs en massagetherapeuten die met het behalen van een diploma hun opleiding op hbo-niveau hebben afgerond aan de Holos Academie voor Massage therapie en daarmee voldoen aan de eisen die zijn gesteld aan het beroep van Holos masseur of Holos massagetherapeut.

Corona protocol Holos masseurs en massagetherapeuten

- Wij masseren alleen als wij zelf ook gezond zijn.
Dat wil zeggen: wij (of onze gezinsleden) vertonen geen symptomen passend bij een COVID-19 infectie (neusverkouden, hoesten, keelpijn, benauwdheid, meer dan 38°C koorts). Bij eventuele symptomen zijn wij tenminste 24 uur klachtenvrij voordat wij weer behandelen. Indien er een besmetting is aangetoond met COVID-19 zullen wij pas weer werken als we tenminste 2 weken klachtenvrij zijn.
- De praktijkruimte voldoet qua hygiëne aan de algemene richtlijnen voor huisartsen en de verloskundigenpraktijk.
Wij onderwerpen ons aan de algemene richtlijnen van de beroepsvereniging(en) voor de inrichting en het gebruik van hun praktijkruimte, waaronder ook hygiënerichtlijnen. Als basis verwijzen de beroepsverenigingen voor massagetherapeuten naar de richtlijnen voor huisartsen en de verloskundigenpraktijk (<https://www.nhg.org/themas/publicaties/richtlijn-infectiepreventie-de-huisartsen-en-verloskundigenpraktijk>). Relevant voor de massagetherapiepraktijk uit deze richtlijn zijn de aanbevelingen met betrekking tot persoonlijke hygiëne, handhygiëne, persoonlijke beschermingsmiddelen en het desinfecteren van de ruimte, meubelen e.d. (zie bijlage 1)
- In het kader van het voorkomen van COVID-19 besmettingen, treffen wij extra hygiënische maatregelen
 - Materialen die slecht schoon zijn te maken (bijv. kussentjes, klankschalen, kaarsjes e.d.) of niet voor de behandeling nodig zijn (boeken, tijdschriften, flyers) worden uit de behandelruimte verwijderd.
 - Dagelijks worden de vloeren en oppervlakten gesopt en geboend met schoonmaakmiddelen in een emmer sop.
 - Na iedere cliënt wordt alcohol schoonmaak uitgevoerd voor alle aanraakvlakken (waaronder ook deurkrukken);
 - Na iedere cliënt wordt de ruimte goed geventileerd door ramen en deuren open te zetten.
 - Alle materialen die gebruikt worden, worden per cliënt schoon gepakt en in de kookwas gewassen (lakentjes op behandel tafels, etc.).
 - Naar wens en behoefte vindt er ook energetische reiniging met salie, teatree olie of -spray plaats;
- 4. Wij bepalen telefonisch, voorafgaande aan het maken van een afspraak of behandeling in de praktijk mogelijk is. Het resultaat van dit overleg wordt vastgelegd in het klantendossier.
Wij behandelen:
 - personen zonder symptomen passend bij COVID-19, waarvan ook de gezinsleden geen symptomen vertonen (neusverkouden, hoesten, keelpijn, benauwdheid, meer dan 38°C koorts)
 - personen met bewezen COVID-19 die nadien ten minste 2 weken klachtenvrij zijn
 - personen niet behorende tot de onderscheiden "kwetsbare groepen", dus zonder verhoogde kans op infectie (personen van 18 jaar of ouder met een verstandelijke handicap die in een instelling wonen en personen woonachtig in een verpleeghuis)
- 5. Wij bevestigen schriftelijk de gemaakte afspraak.
Wij nemen in de afspraakbevestiging de bepaling op dat met het maken van de afspraak de cliënt kennis heeft genomen van het opnameprotocol en zich met de bepalingen hierin akkoord verklaart.
- 6. Cliënten komen in principe alleen naar de praktijk
Wij vragen cliënten in principe alleen naar de praktijk te komen. Zo nodig kan één begeleider worden meegenomen. Door voldoende tijd tussen behandelingen in te plannen, laten wij cliënten niet wachten in de wachtruimte. Zij kunnen aankomst direct doorlopen naar de behandelruimte. Als een praktijkruimte in de eigen woning is gevestigd worden jassen niet op de gezinskapstok opgehangen, ontmoet de cliënt geen gezinsleden op weg naar de praktijkruimte. Eventuele trapleuningen naar een praktijkruimte op een hoger gelegen verdieping worden voor en na elke behandeling gereinigd.
- 7. Cliënten nemen hun eigen waterflesje mee
Wij vragen cliënten bij het maken van de afspraak om een eigen waterflesje mee te nemen gevuld met water,
- 8. Wij informeren naar de gezondheid van de cliënt op het moment van de afspraak
Wij vragen cliënten bij binnenkomst in de praktijk of zij zich gezond voelen. Personen die op het moment van de sessie aangeven zich onwel voelen zullen niet behandeld worden.
- 9. De cliënt wast zijn/haar handen bij binnenkomst, bij voorkeur met alcohol
Er worden door de cliënt geen deurkrukken, tafelloppervlakken of stoelen aangeraakt. Wij schudden geen handen en geven geen knuffels (ook niet aan het einde van de behandeling). Papieren tissues zijn beschikbaar, cliënten kunnen deze weggooiden door met hun voet de prullenbak te openen.
- 10. Wij blijven altijd minimaal op 1 ½ meter van de cliënt behalve bij de massage
Bij binnenkomst, vertrek en tijdens het voor- en nagesprek behouden wij altijd een afstand van minimaal 1 ½ meter afstand tot de cliënt.
- 11. Wij wassen onze handen voor en na elke massage
Voorafgaand aan de massage en na de massage wassen wij onze handen volgens de richtlijnen van het RIVM.
- 12. Wij dragen desgewenst extra mondbescherming (op vrijwillige basis)
Indien dit door de therapeut en/of cliënt gewenst wordt dragen wij en/of de cliënt (optioneel) een mondkapje.
- 13. Wij sturen cliënten een factuur en/of betaalverzoek.
Wij zullen u een factuur sturen en desgewenst ook een betaalverzoek. Wij accepteren dus geen contante betalingen.
- 14. Wij rekenen geen annuleringskosten.
Zolang er extra beschermingsmaatregelen getroffen moeten worden, kunnen cliënten op elk moment de afspraak afzeggen.
- 15. Wij informeren onze cliënten over deze voorwaarden
Bij het maken van afspraken informeren wij onze cliënten actief over deze condities. Wij sturen deze bij het bevestigen van onze afspraak mee, hebben de afspraken zichtbaar in onze praktijk hangen, en plaatsen het document op onze website.
- 16. Wij aanvaarden GEEN aansprakelijkheid voor eventuele besmettingen
In het licht van onze garantie dat wij er alles aan zullen doen om besmettingen te voorkomen, en de onzekerheden die er nog ontstaan over de wijze van overdragen van het virus, c.q. incubatietijden e.d., accepteren wij geen aansprakelijkheid voor het na de behandeling ontstaan van eventuele gezondheidsschade als gevolg van een Corona-besmetting

Bijlage 1 voor massage(therapie)praktijk relevante hygiënevoorschriften (bron: NHG-richtlijn voor huisartsen en verloskundigen)

| Persoonlijke hygiëne | | |
|--|--|--|
| <i>Kleding</i> | Draag in elk geval schone (werk)kleding met korte mouwen | |
| <i>Sieraden</i> | Draag geen sieraden/accessoires aan handen en onderarmen zoals ringen, polshorloges, armbanden en braces | |
| <i>Nagels</i> | Houd de nagels kortgeknipt en schoon. | |
| | Draag geen nagellak, kunst- of gelnagels. | |
| <i>Haar & gezicht</i> | Draag lang haar opgestoken of bijeengebonden. | |
| | Zorg voor een kortgeknipte baard/snor die niet in contact kan komen met (de omgeving van) de patiënt of zijn kleding. | |
| | Verwijder een sieraad in een piercing wanneer dit hinderlijk is bij de verzorging/behandeling van de patiënt. | |
| | Verwijder een oorbel/zichtbare piercing bij ontsteking van de insteekplaats en dek een ontstoken insteekplaats af met een niet-vochtdoorlatende pleister. | |
| <i>Hoest-, snuit en toilethygiëne</i> | Hoest/nies met een afgewend gezicht met een papieren zakdoek/tissue voor de mond of hoest/nies in de elleboogplooï. | |
| | Gebruik een papieren zakdoek/tissue bij het snuiten van de neus. | |
| | Gebruik een papieren zakdoek/tissue eenmalig en gooi deze na gebruik direct weg. | |
| | Pas direct handhygiëne toe na hoesten, niezen, snuiten en/of toiletbezoek. | |
| Eten, drinken en roken | Eet, drink of rook niet in ruimten voor onderzoek en behandeling, of waar met patiëntmateriaal wordt gewerkt. Vooral bij het roken bestaat de kans dat de mondslijmvliezen worden aangeraakt. | |
| Gebruik van telefoon en andere multimedia-apparatuur | Gebruik multimedia-apparaten tijdens patiëntgebonden werkzaamheden alleen nadat handhygiëne is toegepast. Houd multimedia-apparaten buiten 'vieze ruimtes of oppervlakken'. | |
| Handhygiëne | | |
| <i>Momenten</i> | Pas handhygiëne toe op de volgende vier momenten: <ul style="list-style-type: none"> • voorafgaand aan fysiek cliëntcontact; • na (mogelijk) contact met lichaamsmaterialen en -vloeistoffen; • na fysiek cliëntcontact; • na fysiek contact met de omgeving van de cliënt. | |
| <i>Handdesinfectie en handreiniging</i> | Handdesinfectie met handalcohol heeft de voorkeur boven het toepassen van handhygiëne. | |
| | Laat de handen goed drogen na het gebruik van handalcohol. | |
| | Was de handen met water en gewone, vloeibare zeep: <ul style="list-style-type: none"> • als zij zichtbaar verontreinigd zijn; • na contact met lichaamsvochten, secreta, excreta, slijmvliezen of niet-intacte huid (zowel van de hulpverlener als van de patiënt), dus ook na: <ul style="list-style-type: none"> • snuiten van de neus; • hoesten en niezen; • toiletgang. | |
| | Droog de handen na het wassen goed. | |
| | Pas na het wassen van de handen met water en zeep géén handdesinfectie toe. | |
| <i>Wondjes</i> | Dek open wondjes aan de handen of huidbeschadigingen af met een niet-vochtdoorlatende pleister. | |
| <i>Handalcohol</i> | Kies gebruiksvriendelijke handalcohol met terugvettende bestanddelen. De handalcohol moet voldoen aan de Europese normering EN 1500 en zijn toegelaten door het Ctg. | |
| <i>Lotion of crème</i> | Gebruik een lotion of crème om uitdrogen van de huid tegen te gaan. | |
| | Gebruik lotions en crèmes uit kleine tubes (voor persoonlijk gebruik) of uit | |

| | | |
|--|--|--|
| | dispensers met disposable containers die niet worden nagevuld. | |
| <i>Dispensers</i> | Gebruik zeep- en handalcoholdispensers waarbij de zeep in het spuitmondje niet besmet kan raken door de handen. | |
| | Gebruik dispensers met een disposable reservoir dat niet nagevuld wordt. Vervang de gehele voorraadfles wanneer de dispenser leeg is. | |
| | Gebruik zeep of handalcohol uit een disposable dispenser. | |
| | Reinig de dispenser bij het vervangen van het reservoir als deze niet disposable is. | |
| Handdoeken | Gebruik papieren wegwerphanddoekjes. | |
| Persoonlijke beschermingsmiddelen | | |
| | Maak een afweging of persoonlijke beschermingsmiddelen nodig zijn op grond van risico's: de kans op spatten en spuiten van bloed of andere lichaamsvochten, secreta en excreta in combinatie met de kans op een ernstige infectieuze aandoening. | |
| | Gebruik persoonlijke beschermingsmiddelen als er tijdens de (be)handeling een grote kans bestaat op spatten en spuiten van bloed of andere lichaamsvochten, secreta en excreta of een kans op een ernstige infectieuze aandoening. | |
| | Pas handhygiëne toe na het afdoen of uittrekken van persoonlijke beschermingsmiddelen. | |
| | Gebruik persoonlijke beschermingsmiddelen die voldoen aan de daarvoor geldende normeringen. | |
| Aanbevelingen ruimten en meubilair algemeen | | |
| <i>Algemeen</i> | Zorg voor gladde, goed te reinigen meubelbekleding en gladde, goed te reinigen en te desinfecteren materialen op de vloeren in de praktijk. | |
| | Voorzie de behandelkamer van een wasgelegenheid met vloeibare zeep, handalcohol, papieren handdoekjes en een afvalbak. | |
| | Voorzie de toiletten van vloeibare zeep, papieren handdoeken en een afvalbak. | |
| Reiniging van ruimten en meubilair | | |
| <i>Frequentie reiniging</i> | Reinig bij morsen van bloed of lichaamsvloestoffen direct, of in ieder geval voor de volgende patiënt, en desinfecteer vervolgens met alcohol 70%, met chloor 1000 ppm of een ander geschikt desinfectans met een virusclaim dat is toegelaten door het Ctgb. Voor desinfectie van de vloer kan eventueel een lagere chloorconcentratie van 250ppm gebruikt worden gezien het lage infectierisico van vloeren. | |
| | Reinig niet-kritische ruimten in elk geval wekelijks en de semi-kritische en kritische ruimten dagelijks. Reinig werkbladen na ieder spreekuur. | |
| | Leeg afvalbakken dagelijks. | |
| | Reinig personeelstoiletten minimaal wekelijks en openbare toiletten minimaal dagelijks (afhankelijk van intensiteit van het gebruik). | |
| <i>Methode</i> | Reinig zo veel mogelijk droog, tenzij dit niet mogelijk is of als er op oppervlakken, meubilair of voorwerpen bloed of ander lichaamsvocht is gemorst. | |
| | Reinig werkbladen met een neutraal reinigingsmiddel met een weggooi werkdoekje. | |
| | Verwijder eventuele (organische) vervuiling met bijvoorbeeld een tissue alvorens met nat schoonmaken te starten. | |
| | Gebruik voor de dagelijkse reiniging van sanitair een alkalisch reinigingsmiddel. Gebruik voor preventie en verwijdering van kalkaanslag van wasbakken en toiletten een zuur (ontkalkings)middel. | |
| | Hanteer als werkvolgorde bij schoonmaken: van 'schoon' naar 'vuil' (bijvoorbeeld eerst de wastafels en het laatst de toiletten) en van 'hoog' (bijvoorbeeld bovenop een kast) naar 'laag' (bijvoorbeeld een vloer). | |
| | Bedek de onderzoek-/behandeltafel voor iedere patiënt met een nieuwe | |

| | | |
|-----------------------------|---|--|
| | disposable beschermlaag. | |
| <i>Desinfectie</i> | In het algemeen is desinfectie niet nodig na reiniging (de NHG geeft hier verder nog wel suggesties over, maar is niet van toepassing voor massagetherapiepraktijk) | |
| <i>Reiniging voorwerpen</i> | Wat betreft voorwerpen als kinderspeelgoed in de wachtkamer en/of spreekkamer: kies voor materiaal dat goed te reinigen en zo nodig goed te desinfecteren is. | |
| | Reinig deze voorwerpen in warm water met een neutraal reinigingsmiddel of reinig in een (vaat)wasmachine | |
| | Droog de voorwerpen na reiniging goed met een theedoek, die éénmalig wordt gebruikt. | |
| | Desinfecteer voorwerpen (kinderspeelgoed), materialen, apparaten en behandelartikelen als er zichtbaar bloed (of bloedbijneming) of ander lichaamsvocht op aanwezig is. Gebruik voor desinfectie alcohol 70% of een ander geschikt desinfectans met een virusclaim dat is toegelaten door het Ctgb. Spoel zo nodig na met water om residu te voorkomen. | |

Holos Massage(therapie) ten tijde van Corona

Uw gezondheid staat bij ons op 1! Wij stellen alles in het werk om u veilig aan te raken:

1. Wij zijn zelf gezond en wij, en onze gezinsleden vertonen geen symptomen van een mogelijke COVID-19 besmetting.
2. Onze praktijkruimte voldoet qua hygiëne aan de (relevante delen uit de algemene richtlijnen voor huisartsen en de verloskundigenpraktijk (zie het protocol op onze website).
3. Wij treffen extra hygiënische maatregelen zoals het schoonmaken van vloeren, oppervlakten, aanraakvlakken, ventilatie, gebruik en wassen van handdoeken etc. In de praktijk zullen zo min mogelijk slecht schoon te maken materialen in het zicht aanwezig zijn.
4. Wij zullen u bij het maken van een afspraak een aantal vragen stellen om te bepalen of behandeling in de praktijk mogelijk is. Het resultaat van dit overleg wordt vastgelegd in uw klantendossier. Wij behandelen:
 - personen zonder symptomen passend bij COVID-19 (hoesten, niezen, keelpijn, benauwdheid, meer dan 38°C koorts) waarbij ook eventuele gezinsleden geen symptomen vertonen;
 - personen met bewezen COVID-19 die nadien ten minste 2 weken klachtenvrij zijn
 - personen niet behorende tot de onderscheiden 'kwetsbare groepen', dus zonder verhoogde kans op infectie (personen van 18 jaar of ouder met een verstandelijke handicap die in een instelling wonen en personen woonachtig in een verpleeghuis)
5. Wij bevestigen schriftelijk de afspraak met verwijzing naar de link naar het op de website gepubliceerde Corona-protocol . Met het maken van de afspraak verklaart u zich akkoord met dit protocol.
6. U komt in principe alleen naar de praktijk. Zonodig kan één begeleider worden meegenomen. U neemt uw eigen waterflesje mee,
7. U kunt bij aankomst direct doorlopen naar de behandelruimte. U maakt geen gebruik van de wachtruimte.
8. Wij informeren naar uw gezondheid op het moment van de afspraak. Als u zich op dat moment onwel voelt, zullen wij een andere afspraak met u maken.
9. Wij vragen u bij binnenkomst uw handen te wassen. Papieren tissues zijn beschikbaar, U kunt deze weggooien door met hun voet de prullenbak te openen. U raakt geen deurkrukken, tafelloppervlakken of stoelen aan. Wij schudden geen handen en geven geen knuffels (ook niet aan het einde van de behandeling).
10. Behalve bij de massage, blijven wij altijd op 1 ½ meter van u, bij binnenkomst, tijdens het voor- en nagesprek, bij vertrek, behalve bij de massage.
11. Wij wassen onze handen voor en na elke massage.
12. Indien gewenst, dragen wij en/of u tijdens de massage mondbescherming.
13. Wij sturen u een factuur en/of betaalverzoek en accepteren geen contante betalingen.
14. Wij rekenen geen annuleringskosten zolang er extra beschermingsmaatregelen getroffen moeten worden.
15. Wij aanvaarden geen aansprakelijkheid voor eventuele besmettingen.

Een fijne behandeling gewenst!

Vragen cliënt bij maken van afspraak

(te stellen bij maken afspraak / per mail of telefonisch / antwoorden vastleggen in dossier)

- Heeft u één of meerdere van de volgende symptomen: verkoudheid, niezen, hoesten, keelpijn, benauwdheid, koorts (meer dan 38°C)*?
- Heeft u nu corona?
- Bent u genezen van corona korter dan 2 weken geleden?
- Heeft u nu huisgenoten/gezinsleden met corona?
- Heeft u huisgenoten/gezinsleden met mogelijke symptomen van corona?
- Bent u in thuisisolatie?
- Woont u in een verpleeghuis of instelling voor mensen met een verstandelijke beperking

Indien op één of meerdere vragen met ja beantwoord kan worden, dan is geen behandeling in de praktijk mogelijk. Mogelijk dat wij een alternatief kunnen aanbieden in de vorm van een consult op afstand.

* Symptomen van hooikoorts mogelijk met de cliënt bespreken. Geadviseerd wordt hiernaar te vragen en vast te leggen dat de cliënt hier periodiek last vast heeft. Dit is geen reden om niet te behandelen.

Aandachtspunten bij bevestigen afspraak

Bij de schriftelijke bevestiging van de afspraak opnemen/meesturen

Tijd en locatie

Wij willen u erop attent maken dat met het maken van een afspraak u zich akkoord verklaart met het Corona-protocol zoals u dit kunt vinden op de website (link opnemen)

Protocol (samenvatting)

Corona Protocol Handen Wassen

Was je handen in ieder geval:

- Voor- en na elke behandeling/sessie
- Na hoesten, niezen of neus snuiten
- Na elk toiletbezoek
- Als je buiten bent geweest
- Na contact met dieren
- Voor het (klaarmaken van) eten
- Na het gebruik van schoonmaakmiddelen

Handen wassen doe je zo:

- 1** Maak je handen goed nat. 
- 2** Doe vloeibare zeep uit de dispenser op je handen. 
- 3** Masseer de zeep minstens 10 seconden in je huid tot voorbij je polsen. 
- 4** Was goed tussen je vingers. 
- 5** Vergeet je vingertoppen niet. 
- 6** Spoel je handen af onder flink stromend water. 
- 7** Droog je handen goed af, het liefst met papieren doekjes. 

Hoesten en niezen doe je zo:





Gebruik papieren zakdoekjes. Weggoien na gebruik.

Hoest en nies in de binnenkant van je elleboog.

Gebruik desinfecterende lotion.