

Verspreiding van het virus

Overdracht via speekseldruppeltjes en niezen

Als we praten (zelfs maar een paar woorden) verspreiden we duizenden kleine onzichtbare druppeltjes in de lucht voor ons uit. Bij iemand die geïnfecteerd is met een respiratoir virus als het corona virus telt zo 1 druppeltje duizenden viruspartikeltjes, waarvan elk partikeltje potentieel een ander persoon in de nabije omgeving die het inademt kan besmetten.

Die virusdeeltjes vliegen bij het praten ongeveer 1 tot 1.5 meter ver en belanden daar op de grond of op een ander oppervlak. Bij het hoesten kan dat gaan tot 2 m of meer, sommige studies spreken zelfs van 8 m bij niezen.

Het virus wordt dan overgedragen wanneer iemand rechtstreeks deze onzichtbare speekseldruppeltjes inademt. Daarom is **afstand houden** en het dragen van een **mondmasker** (om de anderen te beschermen) zo belangrijk.

Aerosolen: een potentieel gevaar!

Er is toenemend bewijs dat ook de nog kleinere partikeltjes – de zogenaamde ‘aerosolen’ – eveneens een belangrijk rol spelen in de verspreiding van het virus.

Die minuscule besmette druppels kunnen in een binnenruimte uren in de lucht blijven hangen.

Meer en meer wetenschappers beschouwen covid-19 daarom dan ook als een ‘airborn disease’, dat wil zeggen een infectie die door de lucht wordt overgedragen en waarvan de aerosol-virusdeeltjes gedurende een significante periode in de lucht blijven circuleren waardoor ze een langdurig besmettingsgevaar vormen (dit in tegenstelling tot de viruspartikeltjes die verspreid worden bij het praten, die weliswaar besmettelijker zijn, maar die (omdat ze zwaarder zijn) sneller neerslaan.

Faceshields zijn dus absoluut **geen alternatief voor het klassieke mondmasker**. Het virus dat in de uitgedemde lucht zit, zal langs de spleten in de omgevende lucht terecht komen en de mensen in de omgeving besmetten, en zelf bent u ook niet beschermd want het virus dat zich in de lucht bevindt zal langs de spleten naar binnen dringen, waar je het dan zal inademen.

Overdracht via contactoppervlakken

Naast de rechtstreekse overdracht via het inademen van speekseldruppels van een zieke persoon, wordt het coronavirus ook overgedragen door het aanraken van besmette oppervlakken of handen. Studies tonen aan dat het virus aan staal en plastic 2 tot 3 dagen blijft kleven, maar het zou ook langer kunnen zijn. Een **goede handhygiëne** is daarom uiterst belangrijk en beschermt doorgaans voldoende.

Extra aandacht voor sanitaire voorzieningen

Een vierde transmissieroute die meer en meer aandacht krijgt is de faecaal-orale route (faeces=stoelgang).

Het toilet doorspoelen, kranen en sproeiers, heteluchtblazers... In sanitaire voorzieningen ontstaan voortdurend aerosolen. Bovendien zijn de ruimtes vaak klein, ingesloten en beperkt qua verluchting.

Om de verspreiding van covid-19 tegen te houden, geeft de Hoge Gezondheidsraad drie adviezen mee:

1. Schakel de handdrogers met warme lucht uit en vervang ze door papieren wegwerphanddoeken.
2. Vraag iedereen het **toiletdeksel** te **sluiten** voor men doorspoelt. Het is wetenschappelijk bewezen dat het doorspoelen van het toilet met het deksel open een wolk van druppels verspreid, en er werden ook viruspartikels gedetecteerd in stoelgangsstalen van mensen.
3. Voer in gesloten sanitaire ruimtes de verluchting op en laat de ventilatie continu werken. 's Nachts en tijdens het weekend kan dat op verminderde kracht. Voor sanitair met ramen volstaat voortdurende verluchting via de ramen.

Verspreiding via Airco

Verspreiden ventilaties- of klimaatcontrolesystemen zoals airconditioning de druppels doorheen gebouwen? Dat is onwaarschijnlijk. Maar de luchtstroom die ontstaat, kan besmette aërosolen wél verder blazen, wat toch enige vorm van risico inhoudt (lees meer in het artikel binnenventilatie - airco).