

		Tijd												
Ademhaling (teugen per minuut)	A !	≥ 36												
		30-35												
	ER	25-29												
	Doc	20-24												
		15-19												
		10-14												
	A !	5-9												
≤ 4														
O₂ Saturation (a.k.a. SpO ₂ , in %)		≥ 95												
	Doc	90-94												
	ER	85-89												
	A !	≤ 84												
(other cause, not COVID)	A !	200+												
		Doc	190-199											
		180-189												
		170-179												
		160-169												
		150-159												
		140-149												
		130-139												
		120-129												
		110-119												
	(only if abnormal)	Doc	100-109											
		ER	90-99											
			80-89											
		A !	70-79											
	60-69													
≤ 60														
(Spikes don't count. Measure 5 times, 10 minutes apart, use average)	A !	≥ 140												
		ER	130-139											
		120-129												
	Doc	110-119												
		100-109												
		90-99												
		80-89												
		70-79												
		60-69												
		50-59												
Hartslag (slagen per minuut) (in rust !)	ER	40-49												
	A !	30-39												
	Temperatuur (°C) <input type="checkbox"/> Mond <input type="checkbox"/> Anus <input type="checkbox"/> Oor (IR)	ER	≥ 40										≥ 104	(°F)
		Doc	39.1-40										102-104	
>2 day		38.1-39										100-102		
		37.1-38										99-100		
	36.1-37										97-98			
	35.1-36										95-96			
Doc	≤ 35										≤ 95			
Bewustzijn		Alert												
	ER	Voice												
	A !	Pain												
		Unresp.												
Verwarring	ER													
Pijn (0-10)														

(mogelijk) COVID-19 dagboek, www.covid-thuis.info

Naam Patient :

☐ SARS-CoV-2 positief getest

Geboortedatum:

Man / Vrouw

Datum :

Gewicht: kg

In de table hier links kun je gemeten waarden bijhouden. De velden waar je geen metingen voor hebt kun je gewoon negeren. De kleuren in de tabel (of de afkortingen in de linker kolom als dit een zwart-wit afdruk is) geven aan welke waarden aanleiding geven tot zorg. "Doc" (oranje) betekent dat het aangeraden is om de huisarts te bellen. "ER" (rood) betekent dat het, als er geen arts telefonisch bereikbaar is, aangeraden is om met de patient de Spoedeisende Hulp van een ziekenhuis te bezoeken. "A !" (paars) betekent 112 bellen voor een ambulance.

Als alle waarden in het witte gebied liggen zou je er van uit kunnen gaan dat de patient gewoon thuis uit kan zieken. Wat betreft temperatuur, maar ook de andere waarden, staat er meer informatie in de tekst op covid-thuis.info. Ook belangrijk: dit dagboek is alleen een leidraad. Als je je om wat voorredan dan ook zorgen maakt over de patient, zoek dan hulp.

Notities: (Welk eten? Wanneer? Drinkt/plast de patient genoeg? Welke medicijnen, wanneer?)