

Het gebruik van mondkapjes

Een mondkapje/mondmasker beschermt alleen wanneer je het op de juiste manier draagt.

Voordat je je mondkapje opzet, was je minimaal 20 seconden je handen met water en zeep of gebruik desinfecterende handgel. Zorg ervoor dat je handen goed droog zijn voordat je je mondkapje opzet.

Instructie mondkapje opzetten

- Vouw het mondkapje uit en breng het in model.
- Pak het mondkapje bij de elastieken en plaats deze om de oren.
- Schuif het mondkapje tot het goed aansluit en druk de neusklem aan.
- Test het mondkapje door te blazen en voel gelijktijdig of er niet te veel lucht langs je gezicht lekt.

Draag het mondkapje maximaal 3-4 uur en raak het masker verder niet meer aan. Vervang het mondkapje eerder als het erg nat is, waardoor de ademhaling moeilijker wordt.

Instructie mondkapje afzetten

- Je doet het masker af door alleen de elastieken vast te pakken
- Gooi het masker weg in een afvalzak/afvalbak en raak deze niet onnodig aan. Pas daarna weer de gebruikelijke handhygiëne toe door je handen te wassen of desinfecterende handgel te gebruiken.



NB. Bij sommige typen mondkapjes zitten twee elastische bandjes die je over en rondom je achterhoofd moet doet (en niet om je oren). Houd het mondkapje vóór je gezicht, doe het bovenste bandje over je hoofd heen en doe het over je kruin. Doe dan het onderste bandje over je hoofd heen zodat het om de basis van je schedel zit.

Voor het afdoen van dit mondmasker doe met je handen het onderste elastieken bandje omhoog en over je hoofd. Doe vervolgens hetzelfde met het onderste elastische bandje. Blijf terwijl je het mondkapje afdoet het bovenste elastische bandje vasthouden.