

Sådan bruger du et mundbind korrekt

Mundbind skal bruges korrekt for at undgå at sprede virus og bakterier til dig selv og andre.

1. Vask hænder eller brug håndsprit før brug
2. Find forsiden. Ved engangsmundbind er det som regel den farvede side
3. Tag mundbindet på ved at holde i øreelastikkerne. Sørg for, at det sidder tæt til dit ansigt og dækker både næse og mund
4. Rør ikke mundbindet under brug. Skift det ofte og altid, hvis det er vådt eller beskidt
5. Tag mundbindet af ved at tage fat i elastikkerne og smid det straks ud. Stofmundbind lægges i en pose og vaskes ved 60 grader. Mundbind må kun bruges én gang, hvorefter de skal smides ud/vaskes
6. Vask hænder eller brug håndsprit efter brug

Hvilken type mundbind skal jeg bruge?

Et type I-mundbind er tilstrækkeligt både til at beskytte andre og til at beskytte dig selv. Brug et fabriksfremstillet CE-mærket engangsmundbind, hvis du er smittet eller i risiko for at være smittet med ny coronavirus, hvis du er i øget risiko for alvorligt forløb ved COVID-19, eller hvis du skal være sammen med en person i øget risiko.

I øvrige situationer kan man anvende et godt stofmundbind som alternativ til engangsmundbind.