

# Korrekt bruk av medisinsk munnbind

Når du tar på deg munnbind:

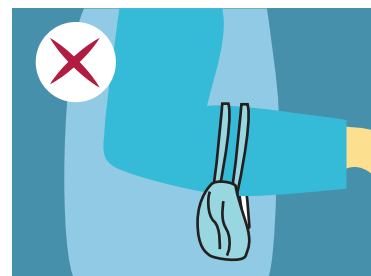
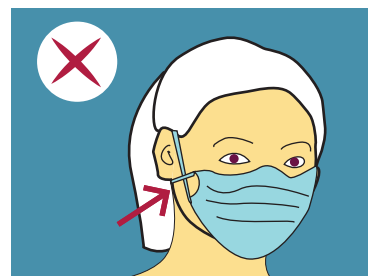
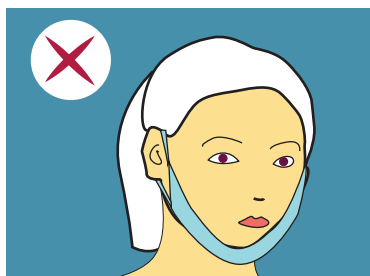


- Rengjør hendene før du tar på munnbind.
- Pass på at munnbindet sitter tett inntil ansiktet og godt over nesen.
- Bruk munnbind type I (type II skal forbeholdes helsetjenesten).



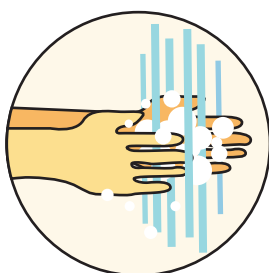
- Bruk hvert munnbind bare én gang.
- Bytt munnbind hvis det blir fuktig eller om du tar det av for å spise el.l.
- Kast det brukte munnbindet i en søppelbøtte med én gang du tar det av.
- Rengjør hendene etter at du har tatt av eller berørt munnbindet.

**IKKE:**

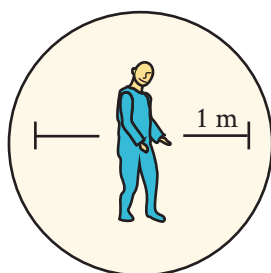


Munnbind kan forebygge at du smitter andre, og kan redusere risikoen for at du blir smittet selv. Dersom du bruker det feil, øker sjansen for at du kan bli smittet.

-----  
 Dette gjelder alltid, også ved bruk av munnbind/ansiktsmaske:



Rengjør hendene godt og ofte



Hold god avstand til andre



Hold deg hjemme hvis du er syk



Noen velger å bruke maske, andre kan ikke bruke det.