

Advies voor het aanschaffen van een mondmasker

1. Welke soorten mondmaskers bestaan er en voor wie zijn ze?

Type masker	Afbeelding	Voor wie?
<u>MONDMASKERS VOOR BURGERS</u>		
Stoffen mondmasker	FOD-model (dubbele stoflaag)  GGC-model (enkele stoflaag) 	Voor jou als BURGER om een extra barrière te vormen voor het virus.
<u>MONDMASKERS VOOR ZORGVERLENERS</u>		
FFP2 mondmasker		Voor ZORGVERLENERS die rechtstreeks instaan voor verzorging van COVID-patiënten.
Chirurgisch mondmasker		Voor ZORGVERLENERS die mogelijk in contact komen met COVID-patiënten.

JIJ ALS BURGER DIENT DUS ENKEL STOFFEN MONDMASKERS AAN TE KOPEN!

2. Hoe geraak je aan een mondmasker en hoeveel kost het?

Vraag na bij jouw gemeente of je een gratis mondmaskers kan verkrijgen. Er worden ook mondmaskers te koop aangeboden. Let daarom goed op alvorens je een mondmasker aankoopt: welk model wordt verkocht en wat is de gevraagde prijs. Een stoffen mondmasker kost over het algemeen niet meer dan enkele euro's. Contacteer jouw apotheker telefonisch om te weten te komen of hij/zij stoffen mondmaskers verkoopt of een betrouwbare organisatie in de buurt kent die stoffen mondmaskers verkoopt.

3. Wanneer een stoffen mondmasker gebruiken?

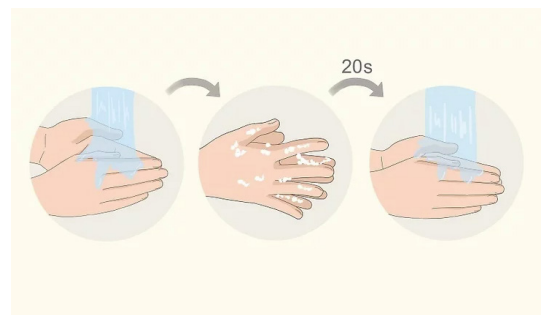
Een mondmasker gebruiken is nuttig wanneer de nodige afstand niet gegarandeerd kan worden. Dit kan bijvoorbeeld wanneer je naar de winkel gaat of hulp krijgt van een zorgverlener. Het dragen van een mondmasker is in geen geval een vervanging voor het naleven van de richtlijnen rond afstand houden en hygiëne. Een mondmasker kan een extra barrière vormen voor het virus: het kan vermijden dat speekseldeeltjes verspreid worden (bijvoorbeeld door niezen, hoesten of praten) en het verhindert dat je met de handen het gezicht aanraakt. Maar vergeet zeker niet, het belangrijkste om besmetting te voorkomen blijft goede hygiëne:

- Was je handen regelmatig en grondig (40 à 60 sec.) met water en zeep.
- Moet je hoesten? Doe dat in een papieren zakdoekje of in de binnenkant van je elleboog.
- Gebruik papieren zakdoekjes bij niezen of snuiten en gooi ze weg in een vuilnisbak.
- Vermijd om handen te geven. Begroet elkaar met een zwaai of met de elleboog.
- Blijf zeker thuis als je ziek bent. Contacteer je huisarts.
- Vermijd nauw contact met zieke personen.
- Raak je gezicht zo weinig mogelijk aan met je handen.
- Verlucht en poets regelmatig de lokalen.

4. Een stoffen mondmasker correct gebruiken

HOE AANZETTEN?

1. Was je handen grondig met water en zeep, voor je het masker aanraakt.
2. Gebruik de uiteinden van de linten om het masker aan te brengen. Raak de binnenkant niet aan.
3. Zorg dat het masker zo goed mogelijk aansluit op je gezicht. Bedek je neus en mond.



HOE AFZETTEN?

1. Was je handen grondig met water en zeep, voor je het masker afzet.
2. Gebruik de uiteinden van de linten om het masker uit te doen. Raak je gezicht en de binnenkant van het masker niet aan.
3. Gooi het mondmasker meteen in de was, als je thuiskomt.



NOG ENKELE TIPS:

- Doe het mondmasker zo weinig mogelijk aan en uit. Zet het bij voorkeur op als je thuis vertrekt.
- Als je het masker moet afzetten voor een korte tijd (om bijvoorbeeld te drinken), leg het dan op een propere plaats die je nadien makkelijk kan schoonmaken.
- Geen masker voor personen die het niet correct kunnen dragen (bijvoorbeeld kinderen onder 12 jaar).
- Niet in koelkast of diepvries: dit doodt het virus niet, maar kan andere voedingsmiddelen besmetten.

5. Je stoffen mondmasker wassen en bewaren

Steriliseer je mondmasker sowieso dagelijks, of na 4 uur intensief gebruik (bijvoorbeeld na veel praten). Was het 30 minuten op 60°C, of kook het kortstondig in een kookpot die je uitsluitend hiervoor gebruikt. Was je het op minder dan 60°C? Strijk het mondmasker dan op hoge temperatuur. Stop het proper en droog in een ziplock zakje.