

## Mindennapos maszkviselés

A közterületeken való maszk viselése fontos része a SARS-CoV-2 koronavírus terjedésének visszaszorításában.



A SARS-CoV-2 koronavírus cseppfertőzéssel vagy aeroszol részecskéken (legfinomabb levegőben lévő folyékony részecskék kisebbek, mint 5 mikron) keresztül terjed. Ezeket a fertőzöttek köhögéskor, tüsszögéskor vagy beszéd közben terjesztik, még mielőtt a betegség lehetséges jelei fennállnának. A száj- és orrvédők (mindennapi maszkok) segítenek csökkenteni a vírustartalmú cseppek terjedését. Ezért a száj- és orrvédők fontos kiegészítői a távolsági és higiéniai szabályoknak, valamint a rendszeres szellőzésnek. A mindennapi maszkok viselése hatékonyan csökkentheti a koronavírus elterjedését a lakosságban, különösen, ha minél többen hordják.

**A száj- és orrvédő viselése különösen ajánlott olyan helyzetekben, amikor több ember találkozik nyilvánosan, hosszú ideig, vagy nem tudja megbízhatóan betartani a távolságra vonatkozó szabályokat.**



Viseljen száj- és orrvédőt, ha nem tudja biztonságosan tartani a 1,5 méteres távolságot másoktól a nyilvános helyiségekben. Ez a zárt helyiségekben, de a szabadban is érvényes.



Bizonyos nyilvános helyiségekben, például a tömegközlekedési eszközökön és vásárláskor a száj és az orr takarása kötelező. Kérjük, vegye figyelembe az Ön szövetségi tartományában, valamint a városokban és az önkormányzatokban érvényes részleteket és egyéb rendelkezéseket.



Kérjük, kövesse az egyes intézmények és létesítmények előírásait, mint orvosi rendelők, éttermek vagy fodrász üzletek.

## **Mindennapi maszkok és orvosi maszkok -**

### **mi a különbség?**

**Száj- és orrvédők** (MNB, mindennapi maszkok, közösségi maszkok, házi készítésű maszkok) többnyire kereskedelemben kapható anyagokból állnak, és a mindennapi életben használhatók. A textil száj- és orrvédők mellett nem orvosi eldobható maszkok is kaphatók.

A száj- és orrvédők segítenek megvédeni a más emberek által kibocsátott részecskék ellen, például beszéd, köhögés vagy tüsszögés esetén. Erre már tudományos tippek is vannak. A védőmaszk viselőjének védelme tudományos szempontból még nem bizonyított.

A száj- és orrvédők nem helyettesíthetik az egyéb fertőzésvédelmi intézkedéseket, például a távolságtartást és a higiénit, de ezekkel ki kell egészíteni.

A szemvédő viselését a szakértők nem tekintik egyenértékű alternatívának a száj és az orrvédővel szemben.

**Orvosi arcmaszkok** (száj- és orrvédő maszkok (MNS), műtétek (OP)) - maszkok) olyan gyógyászati termékek, amelyeket elsősorban a másik személy védelmére használnak a potenciálisan fertőzések ellen.

**A részecskeszűrő félálarcok** (szűrő arcdarab, FFP maszkok) a munkavédelem részeként egyéni védőeszközökként szerepelnek. Az álarcok célja, hogy megvédje viselőjét a részecskéktől, cseppektől és aeroszoloktól.

A ventilátor nélküli maszkok szűrik mind a belélegzett, mind a kilélegzett levegőt és ezért nemcsak saját védelmükben, hanem harmadik fél védelmét is kínálják. A szelepes maszkok viszont csak a belélegzett levegőt szűrik, és nem ad semmilyen külső védelmet, azaz nem nyújtanak védelmet a környezetben lévő maszkviselőknél. Ezt csak nagyon kevés alkalmazási területen használják a klinikákon.

### **INFO:**

Általában a mindennapi viseletre a magáncélra használják száj- és orrvédők ajánlják. Amennyiben egyedi esetekben például betegség, megelőzésről, melyik maszk alkalmas, akkor ezt beszélje meg kezelőorvosával.

## **Mire kell figyelni és száj- az orrvédők (mindennapi maszkok) a kezelésével és tisztításával kapcsolatban?**

- A száj- és orrvédő felvétele előtt érdemes alaposan kezet mosni (legalább 20 másodpercig szappannal).
- A maszk felvételekor ügyeljen arra, hogy a szájat és az orrot teljesen befedje.
- Hordás közben ne érjen hozzá a száj- és orrvédő alá.
- A benedvesedett száj- és orrvédőt ki kell cserélni.
- Eltávolításkor a száj- és orrvédőt az oldalainál fogva a szalagoknál foga meg.
- A száj és az orrvédő eltávolítása után mosson kezet amint lehetősége nyílik rá.
- Dobja ki az eldobható maszkokat egy szemetesbe, miután viselte őket.
- Ideiglenesen tárolja az újra felhasználható száj- és orrvédőket külön táskában. Használhatja otthon a száj- és orrvédőt is száradás után.
- A textil száj- és orrvédőket mossa ki a lehető leghamarabb.
- A textil száj- és orrvédők tisztítása mosógépben történjen legalább 60 ° C-on normál mosószerrel.
- Mosás után hagyja teljesen megszáradni a száj- és orrvédőt.
- Más tisztítási módszerek, például mikrohullámú sütőben vagy sima sütőben történő fertőtlenítés megkérdőjelezhető.

## **Mire kell figyelni a gyermeknél?**

Németországban a száj- és orrvédő viselése a gyermekek számára bizonyos területeken kötelező. Iskolás kortól orvosi szempontból igazolt esetben a maszk viselését időbeni korláthoz köthetik. A szabályozás mely helyzetekben és milyen kortól a száj és az orrvédő kötelező, a szövetségi államoktól függően eltérő lehet. Kérjük, vegye figyelembe napközi központokban, iskolákban és más létesítményekben kiadott irányelveket.

Ha nem biztos abban, hogy gyermeke beteg-e, viselhet-e arcmaszkot vagy speciális igényei vannak, beszéljen gyermekorvosával.

A gyermek száj- és orrvédőjének kiválasztásakor figyelembe kell venni, hogy az anyag nem nehezíti a légzést. A mindennapi maszknak kényelmesnek, ugyanakkor feszesnek kell lennie. Gyermekeének mindig képesnek kell lennie a száj és az orr eltakarására, eltávolítani nem lehet. Gyermekeének játszáshoz és rohangáláshoz ne adjon száj- és orrvédőt,

mert fennáll a fulladás veszélye. Gyermek két év alatt és alvó állapotban nem viselhet maszkot.