

### Instruksjoner - Munnbind i tøy

<p>28cm 36cm 18cm 18cm</p> <p>1</p>			
<p>2</p>			
<p>3</p>	<p>4 -3cm- -1.5cm-</p>	<p>5</p>	
<p>6</p>		<p>7</p>	
<p>8</p>			

---

Denne provisoriske munn- og nesemasken er bare en tekstilbarriere for privat bruk, som kan plasseres foran munnen og nesen, men som ikke er ment eller egnet for forebygging av sykdommer. Den provisoriske masken er uttrykkelig ikke et medisinsk produkt eller medisinsk verneutstyr. Den provisoriske masken skal ikke forveksles med medisinsk munn- og nesebeskyttelse.

Følg Folkehelseinstituttets og Helsedirektoratet sine anbefalinger rundt bruk av munnbind.

Det er ikke knyttet standarder eller annet lovverk til produksjon av tøy-munnbind, og filtreringsevnen (beskyttelsesgraden) er ukjent. Folkehelseinstituttets råd om munnbind er i tråd med anbefalingene fra Det europeiske smitteverninstituttet (ECDC) og Verdens helseorganisasjon (WHO).

Dagens bruk av munnbind og tøy-munnbind erstatter ikke andre smitteforebyggende råd om hånd- og hostehygiene, å holde seg hjemme ved luftveissymptomer og å opprettholde avstand til andre på minst 1 meter.

Håndhygiene må gjennomføres før du tar på, og etter at du har tatt av eller berørt tøy-munnbindet. For at tøy-munnbindet skal ha optimal effekt, må det sitte tett rundt hele omkretsen (munn, nese og hake) i hele perioden du bruker det. Ikke ha det nedenfor nesen eller på haken, eller flytt det opp og ned. Munnbind og tøy-munnbind har begrenset effekt og levetid, og må byttes med jevne mellomrom (når det er fuktig eller tilsølt eller du tar det av for å spise).

Tøy-munnbind skal ikke tas på igjen før den er vasket. Den kan vaskes med annet tøy på minst 60 grader.

Unngå å berøre forsiden på tøy-munnbindet og rengjør hendene dersom du gjør det. Unngå å berøre forsiden på tøy-munnbindet og deretter øyne eller ansikt.

Bruken av den provisoriske masken er på egen risiko.

Informer deg regelmessig om de gjeldende anbefalingene fra Folkehelseinstituttet og Helsedirektoratet.

[www.fhi.no](http://www.fhi.no)  
[www.helsenorge.no](http://www.helsenorge.no)