



Brabant-Zuidoost

## Mondneusmasker

Van alle beschermende maatregelen zijn mondneusmaskers het belangrijkste, omdat COVID-19 voornamelijk door druppels die vrijkomen bij het hoesten, niezen en praten (aerosolen) overdraagbaar is.

### Wanneer is welk persoonlijk beschermingsmiddel nodig?

In de [factsheet](#) van de Rijksoverheid lees wanneer welk persoonlijk beschermingsmiddel nodig is in de zorg.

**Bij gebruik van een mondneusmasker is het van belang dat deze maximaal 3 uur achtereen wordt gedragen of totdat het moeilijker wordt om te ademen, het masker vies wordt of het masker erg vochtig wordt.**

*Let op! Bij grote schaarste mag de uiterste houdbaarheid van nieuwe maskers worden genegeerd. Voorwaarde is dat het masker zichtbaar intact en schoon is, nog goed aansluit en dat de bevestiging nog goed werkt.*

### Hoe zet je een FFP-masker op?

Zorg dat het masker goed aansluit op het gezicht. Als het masker niet goed aansluit, kun je ongefilterde vervuilde lucht via de randen inademen. Het masker werkt minder goed bij baardgroei en stoppels. Dan sluiten de randen van het masker niet goed aan op het gezicht. Goed scheren is daarom belangrijk.

Een masker blijft minder goed zitten bij lang haar. Draag lang haar in een staart en steek het op als dat mogelijk is. Make-up kan goede pasvorm belemmeren en kan comfort verminderen bij transpireren.

### Stappen

1. Zorg dat de handen schoon zijn en desinfecteer ze met handalcohol.
2. Trek of vouw het masker open en buig daarbij de neusbeugel licht (indien nodig).
3. Houdt het masker in één hand en de elastieken in de andere hand.
4. Houdt het masker onder de kin en plaats de elastieken op de kruin van het hoofd.
5. Controleer of de flap onder de kin goed naar achteren zit.





Brabant-Zuidoost

6. Plaats het onderste elastiek onder de oren. De banden kruisen niet.
7. Plaats de bovenkant van het masker net onder de neusbrug. Dat is het zachte deel van de neus. Druk het masker met twee handen aan beide zijden tegelijkertijd aan. Beweeg daarbij van boven naar beneden. Als je deze handeling niet goed doet, ontstaat er snel een kier.
8. Voel of het masker goed aansluit.
9. U kunt eventueel een lektest uitvoeren:
  - Bedek het masker met de handen.
  - Adem krachtig uit bij een masker zonder uitademventiel.
  - Controleer of er geen lucht via de kieren naar buiten gaat.
10. Als je lekkage bemerkt, probeer het masker dan zodanig te plaatsen dat dit niet meer gebeurt. Controleer dit weer met de lektest.



Laat het masker niet onder de kin bungelen, en stop het ook niet in uw zak.

### Hoe zet je een masker af?

NIET de voorkant van het masker pakken!



### Stappen

1. Doe handschoenen uit.
2. Desinfecteer de handen met handalcohol.
3. Buig naar voren met het gezicht.
4. Pak beide elastieken met twee handen vast en trek het over het hoofd. Raak daarbij het gezicht en het masker niet aan.
5. Deponeer het masker in de box voor medisch afval of in de box voor eventuele sterilisatie (Bij schaarste kunnen de FFP2 maskers gesteriliseerd worden. Raadpleeg hiervoor uw sterilisatie afdeling)

