

Instrukcje używania masek ochronnych

Od 31 lipca ponownie obowiązuje reguła zachowania 2 metrów pomiędzy ludźmi. W sytuacjach, które nie pozwalają na zachowanie 2 metrów odległości należy stosować maski ochronne zakrywające usta i nos.

- Kiedy da się zapewnić 2 metry odległości pomiędzy ludźmi, nie ma obowiązku używania maseczek ochronnych i używanie maseczek nie jest zalecane powszechne używanie maseczek w miejscach publicznych.
- Maski ochronne nie powinny być używane zamiast innych działań zapobiegających zakażeniom, które zawsze powinny włączać: w tym mycie rąk, przestrzeganie zasad higieny i czyszczenie powierzchni.
- Nie należy używać masek ochronnych zamiast utrzymywania dystansu 2 metrów, na przykład w sklepach i lokalach rozrywkowych.

Używanie masek ochronnych jest obowiązkowe:

- W samolotach pasażerskich, podczas lotów krajowych i międzynarodowych.
- Na promach pasażerskich, jeśli nie jest możliwe utrzymanie zasady 2 metrów odległości.
UWAGA: nie ma obowiązku używania maski ochronnej, jeśli pasażerowie pozostaną we własnym, zamkniętym pojeździe na pokładzie promu.
- W innych środkach transportu publicznego, jeśli nie zostały poczynione działania w celu zapewnienia dystansu dwóch metrów pomiędzy ludźmi. Szczególnie ważnym jest używanie masek ochronnych w autobusach z lotniska po dokonaniu testu na granicy i podczas dłuższych podróży autobusami turystycznymi. Jednakże, w komunikacji miejskiej, jeśli podróż jest krótsza, niż 30 minut, nie ma obowiązku używania maski ochronnej. W tych przypadkach osobami, które szczególnie powinny używać masek ochronnych, są osoby z grup o podwyższonym ryzyku zachorowania.
- W miejscach obsługi osób, które wymagają bliskości pomiędzy osobami, na przykład w trakcie zabiegów kosmetycznych, masażu, fizjoterapii, leczenia dentystrycznego, leczenia okulistycznego i opieki domowej.
- We wszystkich innych sytuacjach obowiązuje zasada 2 metrów dystansu pomiędzy osobami i nie zezwala się, aby używanie masek ochronnych ją zastąpiły.

Obowiązek używania masek ochronnych nie dotyczy dzieci urodzonych w roku 2005 i później.

W instytucjach służby zdrowia należy używać stosownego wyposażenia i odzieży ochronnej.

Zapewnienie ścisłej higieny przy użytku masek ochronnych

Rolą masek ochronnych jest wychwycenie kropelek wydychanych z dróg oddechowych osoby, używającej maski ochronnej, tak aby nie cyrkulowały one w środowisku. To oznacza, że używane maski ochronne są wysoce skażone poprzez mikroorganizmy, które są obecne w ślinie. W związku z tym, używając masek ochronnych należy przestrzegać ścisłych zasad higieny, starać się nie dotykać masek i zmienić maskę ochronną, jeśli stanie się wilgotna, lub ulegnie zniszczeniu w inny sposób. Po dotknięciu używanej maski ochronnej, należy zawsze umyć, lub zdezynfekować ręce środkiem odkażającym.

Najlepiej używać jednorazowych masek ochronnych, które po użyciu należy wyrzucić do kosza na odpady zmieszane, po czym należy umyć, lub zdezynfekować ręce. Jednorazowych masek ochronne działają najlepiej przy użytkowaniu przez nie więcej niż przez 4 godziny, jednym ciągiem, lub z przerwami. Po upływie tego czasu należy wyrzucić maskę do śmieci.

Można też używać masek wielokrotnego użytku wykonanych ze zwykłego materiału, ale niezbędnym jest, aby materiał był zdatny do prania. Maski wielokrotnego użytku należy prać co najmniej każdego dnia. Zasady obowiązujące w stosunku do masek użytku jednorazowego stosowane są także do masek wielokrotnego użytku: zbierają one zarazki, a więc należy unikać dotykania ich. Po dotknięciu maski, zawsze należy umyć, lub zdezynfekować ręce. Wkrótce opublikowane zostanie więcej informacji na temat tego rodzaju masek.

Zapamiętaj:

- Nie ma zalecenia używania masek ochronnych codziennie w miejscach publicznych.
- Wilgotna i brudna maska ochronna nie stanowi ochrony i może zwiększyć ryzyko zakażenia.
- Jednorazowa maska ochronna używana więcej, niż jeden raz nie stanowi ochrony i może zwiększyć ryzyko zakażenia.
- Maska ochronna, która nie zakrywa ust i nosa, nie stanowi żadnej ochrony.
- Maska założona na czoło, lub brodę, jest bezużyteczna.

[Kliknij tutaj aby uzyskać instrukcje grupy roboczej Unii Europejskiej dotyczące przygotowywania masek wielokrotnego użytku.](#)

Oryginalna publikacja w języku islandzkim opublikowana w dniu 30 lipca 2020.

Tłumaczenie ze strony:

[https://www.landlaeknir.is/servlet/file/store93/item42254/Leiðbeiningar.%20Hlífðargrimur 30.07.2020.pdf](https://www.landlaeknir.is/servlet/file/store93/item42254/Leiðbeiningar.%20Hlífðargrimur%2030.07.2020.pdf)