

## Anvisning: Så här använder du en ansiktsmask på korrekt sätt

Soite rekommenderar att personer över 15 år använder antingen en s.k. kirurgisk mask för engångsbruk eller en tygmask om det inte är möjligt att hålla ett säkerhetsavstånd på 1-2 meter. Det kan då t.ex. vara fråga om kollektivtrafiken.

### Att ta på sig en ansiktsmask



**1. Tvätta eller desinficera dina händer innan du rör i ansiktsmasken.**



**2. Håll i snoddarna på ansiktsmaskens och dra snoddarna bakom öronen på båda sidorna av ansiktet.** De veck som finns på utsidan av masken ska peka neråt. **Rör inte i den skyddande delen av masken!**



**3. Tryck på ansiktsmasken vid näsryggen.** Forma alltså den hårdare delen som finns vid maskens övre kant så att masken sitter så tätt som möjligt mot näsryggens former.



**4. Dra ansiktsmaskens nedre kant under hakan med den andra handen. Rör inte i ansiktsmasken efter det här!** Ansiktsmasken kan användas i 1-2 timmar eller tills den blir fuktig.

### Att ta av och tvätta / förstöra en ansiktsmask



**1. Tvätta eller desinficera dina händer innan du rör i ansiktsmasken.**



**2. Ta av ansiktsmasken med rena händer genom att ta tag i snoddarna. Rör inte i den skyddande delen av masken!**



**3. Om masken är avsedd för engångsbruk sätt den i en plastpåse och sedan i en soptunna. Om masken kan användas flera gånger, lägg den direkt i tvättmaskinen. En tygmask ska tvättas i 90 grader.**



**4. Tvätta eller desinficera händerna efter att du tagit av dig ansiktsmasken.**