

Frågor och svar om munskydd

03-11-2020

Hur länge kan jag ha på mig ett munskydd?

Ett munskydd kan sitta på i många timmar om det inte blir blött, synligt förorenat eller om man behöver ta av det av annan anledning. En tumregel är 4 timmar. Så snart du tagit av dig ett munskydd ska det slängas i soporna.

Räcker det att munskyddet sitter över munnen?

Ett munskydd ska täcka både näsa och mun för att fylla sin funktion. Tryck till bygeln över näsan så att munskyddet sitter ordentligt.

Kan jag dra ner munskyddet under hakan om jag behöver dricka eller äta lite snabbt?

Nej. Undvik att röra vid munskyddet när du har det på dig. När du behöver äta eller dricka tar du av dig munskyddet genom att ta i banden och sedan slänga munskyddet i soporna. Desinfektera alltid händerna både innan du tar på dig ett munskydd och efter att du tagit av det.

Om jag bara har haft munskyddet en stund och tar av det – kan jag då ta på det igen?

Ett munskydd som tagits av ska inte tas på igen.

Ska munskyddet bytas mellan omvårdnad av olika patienter på en avdelning?

Det går bra att ha samma munskydd på i upp till 4 timmar om det inte blir blött, synligt förorenat eller du behöver ta av det. Var noga med att inte röra munskyddet under tiden du har det på dig.

Kan jag använda munskydd som jag tagit med hemifrån?

De munskydd som ska användas är de som är upphandlade av Region Västerbotten och som arbetsgivaren tillhandahåller. Inga munskydd ska tas med hemifrån.

Varför ska vi nu börja använda munskydd när vi inte gjort det tidigare?

Det är en extra säkerhetsåtgärd som införs nu när grundstenarna för att förhindra smittspridning är på plats.

Det absolut viktigaste för att förhindra smittspridning är fortfarande att stanna hemma om man är sjuk, följa basala hygienrutiner och klädregler och använda extra personlig skyddsutrustning i de situationer som kräver det. Glöm inte heller att hålla fysiskt avstånd när det går, både till patienter och kollegor.

Vem bestämmer om det ska användas munskydd i syfte att skydda patienter från symptomfria bärare av covid-19 i just min verksamhet?

Det är verksamhetschefen som fattar beslut om munskydd. Om, hur och när munskydd ska användas i en verksamhet avgörs av vilka patientgrupper man vårdar.

I min verksamhet har vi fått veta att munskydd inte behövs om man är längre från en patient än 2 meter fast patienten tillhör en riskgrupp. Stämmer det?

Den huvudsakliga smittvägen för covid-19 är s.k. droppsmitta. Munskyddet är en extra åtgärd och fungerar som ett mekaniskt hinder för droppsmitta från personal vid moment som innebär att man arbetar nära patienter. Därför kan det stämna för verksamhet där man oftast kan hålla skyddsavstånd på minst 2 meter, att munskydd inte behöver användas kontinuerligt.

Hur tar jag på mig ett munskydd?

- Desinfektera händer och underarmar.
- Placera munskyddet över näsa, mun och haka.
- Kläm åt metalskenan över näsryggen så att munskyddet sitter bra.
- Fäst banden bakom huvudet.
- Justera munskyddet så att det täcker näsa, mun och haka.

Hur tar jag av mig ett munskydd?

- Desinfektera händer och underarmar.
- Knyt upp banden utan att ta i själva munskyddet.
- Börja med det nedre bandet, därefter det övre.
- Lyft munskyddet från ansiktet i banden.
- Släng munskyddet i soporna.
- Desinfektera händer och underarmar.

Finns det något speciellt att tänka på när jag har på mig munskydd och pratar med en person som har nedsatt hörsel?

Att personal har munskydd på sig kan försvåra kommunikationen med patienter som har nedsatt hörsel. Tänk på att titta på patienten när du pratar, prata tydligt utan att skrika och undvik att prata för snabbt eller för sakt. Försök hitta miljöer som inte har så mycket andra störande ljud. I vissa situationer kan du förstärka det du säger genom att t.ex. skriva på ett papper eller på annat hjälpmedel. Fungerar inte det heller kan man behöva göra ett avsteg från rutinen om att använda munskydd och istället använda ett hellångt visir.