

# Soleiðis nýtir tú maskuna rætt

Maskan skal nýtast rætt, so hon forðar fyri, at virus og bakteriar breiða seg til tín sjálvan og onnur.

1. Vaska tær um hendurnar ella nýt hondspritt
2. Finn forsíðuna. Á einnýtismaskum plagar tað at vera tann litaða síðan
3. Far í maskuna við at halda í elastikkinum, ið skal aftur um oyruni. Ansa eftir, at tað situr tætt at andlitinum og fjarir bæði nös og munn
4. Nert ikki við maskuna, meðan hon verður nýtt. Skifta hana ofta, og altíð, um hon er vát ella skitin
5. Tak maskuna av, við at taka í elastikkini, og koyr hana burtur beinanvegin. Maskur úr toyi kunnu leggjast í ein posa og vaskast við 60 stigum. Maskur skulu einans nýtast eina ferð. Tá skulu tær burtur ella vaskast.
6. Vaska tær um hendurnar ella nýt hondspritt, tá ið tú hevur nýtt maskuna

## Hvat fyri slag av masku skal eg brúka?

Type I maskur eru nóg góðar, til at verja teg sjálvan og onnur. Nýt verksmiðjugjörda, CE-merkta masku, um tú ert smittað/-ur við koronavirusinum, ert í vandabólki fyri at verða smittað/-ur, um tú nýtir masku, av tí at tú ert í øktum smittuvanda, ella av tí, at tú skalt vera saman við einum fólki í øktum smittuvanda.

Undir øðrum umstøðum ber til at nýta eina góða toymasku heldur enn einnýtismasku.

08.09.2020

# Maskur

í almenna rúminum



# Nýtið maskur í hesum førum



Um tú ert smittað/-ur, ella ert í vanda fyri at verða smittað/-ur og í undantaksføri ert noydd/-ur at fara út, t.d. tá tú skalt til kanning.



Um tú ferðast við almennari ferðslu



Um tú ert í øktum vandabólki í mun til COVID-19 og kemur í umstøður, har antin tú sjálv/-ur ella onnur illa fáa hildið 2 metra frástøðu, t.d. í solumiðstøð, í veitslu ella í einum mentanarligum tiltaki.



Um tú skalt vitja eitt fólk í vandabólki, sum tú ikki býrt saman við, t.d. fólk í røktarbústaði, kanst tú umhugsa at nýta masku, tá ið umstøðurnar eru so, at tú ikki fært hildið minst 2 metra frástøðu, t.d. í sambandi við røkt og umsorgan.



Undir stórum samkomum, t.d. skrudgongum, har tað kann vera torført at halda frástøðu.

Hav altíð masku við tær, so tú kanst fara í hana, um tað verður neyðugt. Í so stóran mun, sum tað er gjørligt, eigur tú at halda meginreglurnar um at vera heima, um tú ert sjúk/-ur, halda 1 ella 2 metra frástøðu og tryggja tær gott reinføri - eisini tá ið tú nýtir masku.

# Hvør er undantikin frá at nýta masku í almennu ferðsluni?

Sum útgangsstøði skal maskan einans nýtast av fólki, sum sjálvi kunnu fara í hana, og tá ið hon kann sita tætt at andlitinum.

**Hesi undantøkini eru frá tilmælunum um maskur í almennu ferðsluni:**

- Børn yngri enn 12 ár.
- Fólk við trongd, fólk, sum ikki vita nóg væl til sin ella fólk, sum eru so kropsliga ella sálarliga veik, at tey ikki sjálvi megna at fara úr maskuni.
- Borgarar, sum fáa munandi vaml av at nýta masku.

**Minst til, at tað kann vera ein góð grund til at eitt fólk ikki nýtir masku, og at orsøkin ikki altíð sæst.**

Maskan kann takast frá, um umstøðurnar krevja tað, t.d. um ein skal fáa sær at eta, tosa við fólk, sum mugu lesa av munninum, og um t.d. løgreglan biður um eyðmerking.

Les meiri á [www.sst.dk/mundbind](http://www.sst.dk/mundbind) ella ring 70 20 02 33.