

## AMIT A SZÁJMASZK VISELÉSÉRŐL TUDNI KELL!!!

Az Egészségügyi Világszervezet (WHO) álláspontja szerint, az egészséges embereknek nem kell szájmaszkot viselniük, **a szájmaszk elsősorban azoknak javasolt, akiknek légúti tünetei vannak (pl. köhögnek, tüszögnek).** Nekik azért javasolt a szájmaszk, hogy **ne fertőzzenek meg másokat.** Ugyanakkor fontos tudni, hogy annak, **akinek tünetei vannak és potenciálisan koronavírus-fertőzött az se szájmaszkban, se anélkül ne menjen közösségbe, hanem maradjon otthon,** és tartsa be a sokszor emlegetett ajánlásokat (gyakori és alapos kézmosás, 2 méteres távolság másoktól, szoros kontaktok elkerülése stb.).

**Sokan vannak, akiknek nincsenek tünetei,** mégis úgy döntenek, hogy szájmaszkot vesznek fel. Természetesen ezt mindenki szabadon megteheti, de ha így döntenek, akkor **fontos tudniuk, hogy önmagában a szájmaszk nem véd meg a vírus ellen, minden más ajánlást is be kell tartani.** Ugyanis, ha nem így tesznek, akkor fennáll a veszélye, hogy **hamis biztonságérzetet ad a szájmaszk.** A viselője abban a tudatban lehet, hogy védett a koronavírus-fertőzéssel szemben csak azért, mert szájmaszkot visel, de ez nem így van. **Mindenkinek be kell tartani az ajánlásokat, a távolságot, a gyakori és alapos kézmosást!**

**A maszk viselésének is megvannak a maga szabályai.** A maszk fel- és levételekor alaposan mossunk szappannal kezet! A szájmaszk viselése közben kívülről ne fogjuk meg, ne nyúljunk hozzá, és az arcunkhoz, a szemünkhöz, az orrunkhoz, a szánkhoz, mert a vírus gyakran pont a szennyezett kezünkről kerül legtöbbször a nyálkahártyáinkra. A szájmaszkot használata után pedig azonnal dobjuk zárt szeméttárolóba!

Vigyázzunk magunkra! Vigyázzunk egymásra!