

## **Vedlegg A**

(til informasjon)

### **Spesifikke anbefalinger for egenproduserte munnbind**

#### **Anbefalinger**

- Bruk stramt konstruerte tekstiler.
- Sett tekstilene sammen i to eller tre lag (samme eller forskjellige tekstiler).
- Bruk tekstiler som slipper gjennom luft når du puster.
- Bruk tekstiler som er tilstrekkelig myke og smidige til å slutte tett rundt ansiktet.
- Bruk tekstiler som ikke er for varme.
- Bruk glatte tekstiler som ikke irriterer.
- Vask tekstilet før du klipper i det, minimum på 60 °C.
- Ikke bruk lette og løst konstruerte tekstiler.
- Ikke lag et munnbind med ett enkelt lag.
- Ikke bruk stifter når du lager eller monterer munnbindet.
- Ikke bruk tekstiler som blokkerer luftstrømmen når du puster.
- Ikke bruk tekstiler som er for stive slik at de ikke forsegler godt.
- Ikke bruk varme tekstiler som vil gjøre det vanskelig å bruke munnbindet.
- Ikke bruk irriterende tekstiler som vil gjøre det vanskelig å bruke munnbindet.
- Ikke lag vertikale sømmer over nese, munn og hake.
- Ikke bruk tekstiler fra støvsugerposer, isolasjonsmateriale til bygningskonstruksjon, bleier e.l.
- Ikke bruk tekstiler som kan være behandlet med skadelige kjemikalier.