

Korona:

Hvordan kan du bruke munnbind riktig?

Vi skal ikke stå i nærheten av andre mennesker. Vi må stå minst én meter unna. Men noen ganger må vi stå nærmere. Da må vi bruke munnbind.



Bilde tatt fra avisen "LA VOZ DE GALICIA".

– Avstand er det viktigste for å stoppe smitte. Munnbind bruker vi som ekstra sikkerhet i noen situasjoner. Det sier Line Vold ved Folkehelseinstituttet (FHI).

Folkehelseinstituttet (FHI) følger med på ny forskning om korona. Hvis vi står minst én meter fra hverandre, går faren for smitte ned med 80 prosent. Munnbind gjør at faren går ned med 40 prosent.

– Det betyr at det er bedre å stå langt unna andre mennesker enn å bruke munnbind. Da er det mindre fare for smitte. Det viser hvor viktig det er at folk fortsetter å holde minst én meter avstand.

Munnbind må vi noen ganger bruke på buss og tog

FHI vil at folk skal bruke munnbind på offentlig transport, f.eks. buss, tog og trikk. Det skal folk gjøre når det er mye smitte i landet og når det ikke er mulig å holde én meter avstand. Det kan for eksempel være når det er mange passasjerer på bussen.

Regjeringen anbefaler at de som reiser med offentlig transport i Oslo bruker munnbind. Det gjelder fra og med mandag 17. august og 14 dager fremover. De som reiser til og fra Oslo og Indre Østfold (Indre Østfold, Rakkestad, Skiptvedt og Marker) bør også bruke munnbind.

Ikke alle kan bruke munnbind. Det kan f.eks. være fordi de har en annen sykdom. Derfor er det viktigste å holde minst én meters avstand. Der det ikke er mulig med avstand, kan munnbind redusere fare for smitte. Barn under 13 år anbefales ikke å bruke munnbind. Barn under to år skal ikke bruke munnbind.

FHI anbefaler at Norge kjøper inn flere munnbind. Det må også være mulig å kaste munnbindene på en ordentlig måte. Vi må være forberedt på at vi trenger flere munnbind i fremtiden.

Det er også viktig å tenke på at munnbind bare virker godt når det er mye smitte i landet. Når det er lite smitte, trenger vi ikke bruke munnbind.

Hjelp andre

Det er ikke alle som kan eller ønsker å bruke munnbind. Det kan være personer med kroniske lungesykdommer, personer som har kontakt med døve, psykisk utviklingshemmede eller barn under 13 år. Da er det viktig at samfunnet rundt forstår og respekterer dette.

– Vi må være tolerante overfor de rundt oss, selv om de tar andre valg enn hva en selv kanskje ville gjort, sier Vold.



Kilde:
<https://www.fhi.no/nyheter/2020/anbefalinger-knyttet-til-munnbind/>



Skrevet på enklere norsk av Are Moum Vogt

Grafisk designer: Aniabell Valdes Ochoa

Av Norsk Folkehjelp Oslo, OASEN Kvinner Krysser Grenser

