



## Zo draag je een mondkapje op de juiste manier

Beeld: Getty Images | Maartje Groenen | Gepubliceerd: 11-05-2020 | Gewijzigd op: 05-10-2020

Het mondkapje rukt op in het straatbeeld nu het kabinet ons aanraadt er een in alle openbare binnenruimtes te dragen. Mondkapjes moeten een extra barrière vormen tegen het coronavirus, maar dat kan alleen zo op de juiste manier worden gedragen. Zes vragen en antwoorden.

### 1. Hoe zet ik een mondkapje op?

Was je handen met water en zeep voordat je het niet-medisch mondkapje opzet. Gebruik de touwtjes of elastieken om het op te zetten. Raak de binnenkant niet aan. Zorg dat het

goed aansluit op het gezicht en de neus en mond en kin bedekt. Hermetisch afsluiten van het gezicht is belangrijk om besmetting en verspreiding tegen te gaan.

## **2. Hoe zet ik het mondkapje af?**

Gebruik de touwtjes of elastieken om het mondkapje af te zetten. Raak ook hier de binnenkant van het mondkapje en je gezicht (ogen, neus en mond) niet aan. Was je handen met water en zeep nadat je het mondkapje hebt afgezet.

## **3. Hoe bewaar ik de mondkapjes voor, tijdens of na een reis?**

Het is belangrijk dat je de mondkapjes op een 'veilige' manier bewaart. Een wegwerpexemplaar kun je niet bewaren. Een herbruikbaar mondkapje bewaar je zo steriel mogelijk, bijvoorbeeld in een afgesloten zakje of bakje. Het is belangrijk om een schoon en gebruikt mondkapje apart van elkaar te bewaren. Stop ze niet los in je jaszak, broekzak of tas. Dan kunnen virussen zich makkelijk verder verspreiden.

## **4. Moet ik als ik ga winkelen bij elke winkel een schoon mondkapje opzetten?**

Het advies is om bij het winkelen het mondkapje te blijven dragen, ook als u van de ene winkel naar de andere gaat. Dit geldt ook bij het overstappen in het openbaar vervoer.

## **5. Hoe was ik een herbruikbaar mondkapje?**

Een niet-medisch mondkapje moet na ieder gebruik op 60 graden op een volledig wasprogramma gewassen worden. Was alleen met wasmiddel, voeg geen wasverzachter toe.

## **6. Biedt het mondkapje voldoende bescherming als je gezichtsbehaving hebt?**

Het is belangrijk dat een mondkapje zo goed mogelijk aansluit op je gezicht. Het kan zijn dat dit niet het geval is als je (flink wat) gezichtsbehaving hebt. De Amerikaanse variant van het RIVM heeft alle soorten gezichtsbehaving op een rij gezet om te laten zien wanneer een mondkapje wel en niet werkt. Heb je een baard waarbij het mondkapje niet werkt en je moet het echt gebruiken? Dan zit er volgens hen niets anders op dan de baard afscheren.

[Bekijk hier het overzicht van CDC.](#)

Meer weten over de feiten en fabels rondom mondkapjes? [Kijk hier.](#)

Bron: [RIVM](#).

[https://www.plusonline.nl/coronavirus/zo-draag-je-een-mondkapje-op-de-juiste-manier?mt=a403b9c628b8849af9f897afb2a68a4bb7b773978a3bf9109ad1b9fa4d83f097&utm\\_source=nieuwsbrief&utm\\_medium=email&utm\\_campaign=PLG-2020-10-11&utm\\_content=PLG-2020-10-11&utm\\_term=](https://www.plusonline.nl/coronavirus/zo-draag-je-een-mondkapje-op-de-juiste-manier?mt=a403b9c628b8849af9f897afb2a68a4bb7b773978a3bf9109ad1b9fa4d83f097&utm_source=nieuwsbrief&utm_medium=email&utm_campaign=PLG-2020-10-11&utm_content=PLG-2020-10-11&utm_term=)

Het kabinet raadt ons nu aan een mondkapje te dragen in alle openbare binnenruimtes. Mondkapjes zouden een extra barrière vormen tegen het coronavirus, maar dat kan alleen als ze op de juiste manier worden gedragen. Zes vragen en antwoorden.