

### **Mondkapjes en handschoenen**

Op deze pagina vind je informatie over de vraag of het dragen van mondkapjes en handschoenen je kunnen beschermen tegen het coronavirus (COVID-19). Ben je werkzaam in de zorg? Bekijk dan deze pagina over hygiëne, mondkapjes en persoonlijke bescherming in de zorg.

### **Mondkapjes in privétijd niet nodig**

Met de huidige regels in Nederland is het niet nodig om in je privétijd mondkapjes te dragen. Het coronavirus wordt overgedragen via druppeltjes uit de neus en keel. Door hoesten en niezen worden de druppeltjes verspreid. Iemand anders kan ze inademen en daardoor besmet raken. De druppeltjes kunnen ook via handen worden overgedragen. Bijvoorbeeld als iemand met de handen aan de neus of het gezicht zit en vervolgens een ander een hand geeft. In Nederland blijft iedereen zoveel mogelijk thuis en houden we 1,5 meter afstand van elkaar. Heb je verkoudheidsklachten of koorts dan moet je thuis blijven. Ook is het belangrijk om je te houden aan de hygiënemaatregelen:

- Was je handen vaak met water en zeep
- Hoest en nies in de binnenkant van je elleboog
- Gebruik papieren zakdoekjes
- Schud geen handen.

Als iedereen zich daaraan houdt, is het niet nodig om een mondkapje te dragen. Nederland volgt hierin de adviezen van de [WHO](#) en [ECDC](#).

### **Mondkapjes voor de zorg**

Professionele mondkapjes zijn op dit moment schaars. Daarom moeten we goed kijken waar deze mondkapjes het hardst nodig zijn. Dat is in de gezondheidszorg. Het is belangrijk dat zorgpersoneel deze mondkapjes draagt. Ze gebruiken de mondkapjes vooral bij het verzorgen van coronapatiënten. De mondkapjes zorgen ervoor dat de medewerkers zelf niet besmet raken.

### **Zelfgemaakte mondkapjes**

Zelfgemaakte mondkapjes bieden onvoldoende bescherming tegen het coronavirus. Professionele mondkapjes beschermen wel goed. Die sluiten heel goed over neus en mond en ze worden regelmatig gewisseld. Zelfgemaakte mondkapjes verschillen sterk van pasvorm, materiaal en algehele kwaliteit. Dat komt omdat er verschillende materialen worden gebruikt zoals katoen en linnen. Dat zorgt ervoor dat de pasvorm en de filterwerking niet goed zijn.

### **Thuis afscheid nemen bij overlijden**

Het kan zijn dat je thuis persoonlijk afscheid wilt nemen als een familielid gaat overlijden die besmet is met het coronavirus of waarvan het vermoeden bestaat dat deze persoon besmet is. Je moet je dan beschermen tegen het coronavirus. In dat geval moet je een mondneusmasker gebruiken als je daarbij geen 1,5 meter afstand kan houden. Bij fysiek contact moet je zorgen voor goede hygiënemaatregelen:

- Was je handen 20 seconden lang met water en zeep, daarna handen goed drogen
- Voordat je naar buiten gaat, als je weer thuis komt, als je je neus hebt gesnoten, natuurlijk voor het eten en nadat je naar de wc bent geweest.

Is een direct familielid met COVID-19 opgenomen in zorginstelling, overleg dan met de arts of het mogelijk is om afscheid te nemen.

### **Handschoenen dragen**

Was je handen 20 seconden lang met water en zeep, daarna handen goed drogen. Doe dit voordat je naar buiten gaat, als je weer thuis komt, als je je neus hebt gesnoten, natuurlijk voor het eten en nadat je naar de wc bent geweest. Hoest of nies in je elleboog en kom zo min mogelijk aan je gezicht. Wanneer je dit doet dan is het niet nodig om handschoenen te dragen in openbare ruimtes. Handschoenen dragen voegt niets toe. Sommige mensen moeten voor hun werk zo vaak hun

handen wassen waardoor hun handen kapot gaan. Ter bescherming van de huid door het vaak wassen, zou het dragen van wegwerphandschoenen wel zin hebben.