



Published on *Gmina Potęgowo* (<https://potegowo.pl>)

[Strona główna](#) > Obowiązek zakrywania ust i nosa od 16.04.2020

Obowiązek zakrywania ust i nosa od 16.04.2020



14.04.2020

Od godziny 00:00 dnia 16 kwietnia 2020 r. do odwołania obowiązkowo zakrywamy, przy pomocy części odzieży, maski albo maseczki, usta i nos podczas przebywania poza adresem miejsca zamieszkania lub stałego pobytu.

Podstawa prawna: § 18 rozporządzenia Rady Ministrów z dnia 10 kwietnia 2020 r. w sprawie ustanowienia określonych ograniczeń, nakazów i zakazów w związku z wystąpieniem stanu epidemii (Dz. U. poz. 658).

UWAGI:

1. Wszyscy mają obowiązek zasłaniania ust i nosa na ulicy, podczas ruchu pieszego, w transporcie zbiorowym, w urzędach, sklepach, miejscach świadczenia usług oraz zakładach pracy.
2. Nieprawidłowe stosowanie masek ochronnych lub ich złe dopasowanie sprzyja infekcjom.
3. Osoby noszące maski powinny wiedzieć, jak robić to prawidłowo i jak bezpiecznie pozbyć się zużytego produktu.
4. Należy wymienić maskę na nową, gdy ta obecnie noszona stanie się wilgotna.
5. Nie wolno używać ponownie maseczek jednorazowych.
6. Maseczki wielokrotnego użytku, przed ponownym użyciem powinny być wyprane w temperaturze minimum 60 stopni a następnie wyprasowane.
7. Maski oraz inne środki ochrony są skuteczne tylko wtedy, gdy są stosowane w połączeniu z częstym czyszczeniem rąk za pomocą środków na bazie alkoholu lub wodą z mydłem.

Jak prawidłowo nałożyć i zdjąć maseczkę





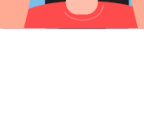
1 Przed nałożeniem maski **umyj ręce mydłem i wodą** lub **plynem do dezynfekcji na bazie alkoholu**



2 **Zakryj usta i nos maską** i upewnij się, że między twarzą a maską **nie ma żadnych przerw**



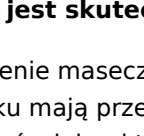
3 **Unikaj dotykania maski podczas jej używania;** jeśli to zrobisz, umyj ręce mydłem i wodą lub plynem do dezynfekcji na bazie alkoholu



4 **Wymień maskę na nową, gdy tylko będzie wilgotna,** nie używaj ponownie masek jednorazowych



5 **Aby zdjąć maskę - chwyć ją od tyłu za wiązanie** (nie dotykaj przodu maski!)



6 **Wyrzuć maseczkę do zamykanego pojemnika;** umyj ręce mydłem i wodą lub plynem do dezynfekcji na bazie alkoholu





Nie wrzucaj maseczki do toalety!



Ministerstwo Zdrowia



Jaka jest skuteczność ochrony maseczek wykonanych z materiału?

Noszenie maseczek z materiału **zmniejsza stopień rozprzestrzeniania** się wirusa. Maski wielokrotnego użytku mają przede wszystkim ograniczyć transmisję wirusa przez osoby, które przechodzą COVID-19 bez objawów lub u których objawy się jeszcze nie pojawiły. Tkanina z której wykonana jest maseczka wielorazowa całkiem dobrze zatrzymuje ludzkie kropelki śliny i innych wydzielin, które tworzą się podczas mówienia, kasłania czy kichania.

Jak prawidłowo prać maseczkę wielorazową?

Dużym plusem maseczek wykonanych z tkaniny jest to, że możemy jej użyć wielokrotnie. Dobrze aby maseczka wielorazowa była wykonana z grubszych i przewiewnych materiałów. Im grubsza warstwa materiału tym maseczka lepiej chroni nasz nos i usta przed drobnoustrojami. Maseczkę wielorazową powinniśmy **regularnie prać i dezynfekować**. Tylko tak maseczka będzie najlepiej nas chronić, a jej noszenie będzie dla nas bezpieczne.

Wskazówki dotyczące prania maseczek wielorazowych

1. Zdejmij maskę wielorazową ostrożnie, pamiętając by nie dotykać jej wierzchniej warstwy. To właśnie tam gromadzi się najwięcej bakterii i wirusów przed którymi chcemy się chronić. Złap maseczkę za troki lub gumki i **włóż ją do foliowego woreczka**. Szczelnie go zamknij. W ten sposób przechowuj maseczkę do czasu jej prania.
2. Aby zminimalizować ryzyko przeniesienia drobnoustrojów z maseczki na dłonie, załóż jednorazowe rękawiczki lub ostrożnie wrzuć zawartość woreczka do pralki. **Pierz maseczki** wielorazowe w temperaturze **minimum 60 stopni** przez około 45 minut. Dobrze się sprawdzi program do prania bawełny. W tej temperaturze giną niebezpieczne dla zdrowia bakterie i wirusy.
3. Pamiętaj by prać maseczki oddzielnie, to znaczy nigdy nie pierz ich razem z innymi ubraniami.

4. Do prania maseczek wielorazowych możesz użyć powszechnie dostępnych środków piorących.
5. Gdy maseczki wyschną, **wyprasuj je w maksymalnej temperaturze** i przechowuj w czystym miejscu do następnego użycia.
6. Maseczki możesz również **zdezynfekować**. Użyj do tego celu preparatu antybakteryjnego na bazie alkoholu i spryskaj nim powierzchnię maseczki. Pozostaw ją do całkowitego wyschnięcia.

Co jaki czas zmieniać maseczkę wielorazową?

Jak każda maseczka ochronna, również i ta z materiału po pewnym czasie traci swoje właściwości ochronne. Jeśli maska podczas noszenia **zaczyna być wilgotna**, to znak że należy ją **zmienić**. Kiedy planujesz dłuższy pobyt poza domem (np. praca) dobrze być miał przy sobie maseczkę zapasową. Wirus COVID-19 na różnych powierzchniach może przetrwać nawet do kilku dni. Z tego powodu, zużyta maseczka **nie powinna mieć kontaktu z innymi przedmiotami**. Aby uniknąć przenoszenia wirusa, zdjętą maseczkę schowaj do woreczka foliowego i szczelnie zamknij. Czy kilka osób może korzystać z tej samej maseczki wielorazowej? Absolutnie nie. Nawet po wypraniu maseczka wielorazowa powinna być **noszona przez jedną osobę**

Co oznaczają symbole na maskach ochronnych?

Na maseczkach ochronnych producenci umieszczają różne symbole i oznaczenia, które określają stopień filtracji, długość użytkowania i zastosowanie. Dlatego jeśli planujesz zakup maseczki, zobacz co one oznaczają.

1. **Oznaczenie FFP1, FFP2 lub FFP3** na półmaskach filtrujących określa klasę ochrony maseczki. Litery FF to symbol części twarzowej maski, natomiast oznaczenia P1, P2 i P3 definiuje stopień ochrony filtra, przy czym P3 oznacza najwyższą klasę ochrony. Im wyższy poziom ochrony filtra tym skuteczniejszy proces filtracji zanieczyszczeń z powietrza. Dla P1 poziom filtracji wynosi 80%, dla P2 94% i dla P3 około 99%. Maseczki z oznaczeniem FFP3 najskuteczniej chronią przed zakażeniem wirusami i bakteriami drogą kropelkową.
2. **NR** – maseczka z tym symbolem przeznaczona jest do jednorazowego użytku
3. **R** – maseczka z tym symbolem przeznaczona jest do wielokrotnego użytku
4. **D** – półmaska z tym oznaczaniem może być używana w zapyłonym pomieszczeniu (taka maseczka przeszła pozytywnie badania na zatkanie pyłem dolomitowym)
 1. **Półmaska może być używana przez jedną zmianę roboczą** – takie stwierdzenie oznacza że maseczka służy do jednorazowego użytku i swoje funkcje ochronne spełnia przez 8 godzin pracy.
 2. **Certyfikat CE** - oznaczenie to informuje że maseczka powstała zgodnie z normami związanymi z bezpieczeństwem użytkowania, ochroną zdrowia i ochroną środowiska. Czyli produkt spełnia wszystkie wymagania dyrektywy tzw. "Nowego Podejścia" Unii Europejskiej

Jak nosić maseczkę wielokrotnego użytku?

1. Przed założeniem maseczki dokładnie umyj ręce w ciepłej wodzie z mydłem lub je zdezynfekuj.
 2. Starannie przyłóż maseczkę do twarzy i zasłoń nią usta i nos. Maseczka powinna jak najdokładniej przylegać do skóry.
 1. Nie dotykaj maseczki podczas jej noszenia. Jeśli Ci się to zdarzy, umyj natychmiast ręce lub zdezynfekuj specjalnym środkiem antybakteryjnym na bazie alkoholu.
 2. Jeśli **maseczka stanie się wilgotna**, wymień ją **na nową**. Zużyłą włóż do foliowego woreczka i szczelnie zamknij. I tak przechowuj do czasu jej wyprania.
 3. Maseczkę zawsze **zdejmuj od tyłu**, łapiąc za troczki lub gumki. Nigdy nie dotykaj tej części która miała bezpośredni kontakt z Twoją twarzą.
 4. Po zdjęciu maseczki, dokładnie umyj ręce lub zdezynfekuj.
 5. Na początku noszenie maseczki może być niewygodne. Jednak to kwestia czasu aż się do niej przyzwyczaisz. Dużą zaletą maseczek wykonanych z materiałów bawełnianych jest to, że zapewniają **swobodne oddychanie**. Ich noszenie niejako **przypomina** nam o tym by **nie dotykać** twarzy rękoma, szczególnie w miejscach publicznych.
-

Source URL: <https://potegowo.pl/pl/aktualnosc/obowi%C4%85zek-zakrywania-ust-i-nosa-od-16042020?date=2025-06>