

ældre nyhed

Krav om mundbind i den kollektive trafik og særlige anbefalinger til personer i øget risiko

På baggrund af det stigende smittetryk anbefaler Sundhedsstyrelsen nu brug af mundbind i den kollektive trafik i hele landet på alle tidspunkter af døgnet. Når den nye bekendtgørelse træder i kraft, vil mundbind være et krav for at køre med kollektiv trafik, dog vil visse persongrupper være undtaget bl.a. børn. Samtidig anbefaler vi, at personer i øget risiko for alvorligt forløb af COVID-19 bruger mundbind i alle de situationer, hvor det ikke er muligt at holde den anbefalede afstand på to meter.

15 AUG 2020

Der ses fortsat tegn på stigende og mere udbredt smitte med ny coronavirus i Danmark. En række lokale udbrud er gradvist ved at komme under kontrol, men vi ser samtidig smitte til et stigende antal kommuner, der ikke har haft tilfælde i lang tid.

Sommerferien er slut, og de fleste er på vej tilbage på arbejde. Siden midten af april er der set en gradvist øget aktivitet i det danske samfund, fx i forhold til brug af offentlig transport og antallet af andre personer, vi har kontakt med, og det er forventningen, at det vil stige yderligere i forbindelse med, at sommerferien slutter.

"I en situation med stigende smitte i Danmark og hvor vi samtidig vil holde samfundet åbent, så det kan være sværere at holde afstand, er mundbind i særlige situationer det ekstra lag af smitteforebyggelse, vi kan bruge for at bevare kontrollen på epidemien," siger direktør Søren Brostrøm.

De tidligere anbefalinger lagde op til, at man havde mundbind i tasken, og tog det på ved trængsel i den offentlige transport. Mange har haft svært ved at finde ud af, hvornår det var relevant. Selvom vores anbefalinger er blevet taget godt imod, så er det langt fra alle der bærer mundbind i myldretidstrafikken. Men hvis vi skal have den fulde effekt på epidemikontrollen, så er det vigtigt, at så mange som muligt bærer mundbind, da vi alle kan være bærere af smitte. Derfor giver det god mening at gøre mundbind til et generelt krav for at køre med den kollektive trafik.



"Vi har brug for ekstra tiltag for at bevare kontrollen med epidemien. Samtidig skal vi holde fast i at blive hjemme ved symptomer, have rene hænder og holde god afstand. Mundbind i den kollektive trafik er et supplement, ikke en erstatning," tilføjer Søren Brostrøm, og fortsætter: "Jeg forstår godt, hvis man sidder alene i bussen, og synes, at det er mærkeligt at skulle have mundbind på. Men hvis vi skal have det til at virke, så bliver vi nødt til have nogle enkle regler, der gælder for alle".

Anbefalinger til personer i øget risiko

Vi anbefaler, at personer i øget risiko for alvorligt forløb ved COVID-19, holder mindst 2 meters afstand til mennesker, som de ikke deler husstand med eller er meget nære med, fx børnebørn. Det kan godt være svært, hvis man fx går i forretninger, deltager i fejring, familiesammenkomster, kulturbegivenheder, museumsbesøg eller er andre steder med mange mennesker, særligt da andre jo ikke altid kan se, at de skal holde ekstra afstand. I den kommende tid, hvor sæsonerne skifter, vil vi også rykke mere indendørs, og det øger risikoen for at det er svært at holde den ekstra afstand.

Personer i øget risiko er bl.a. personer med høj alder, personer der bor i plejebolig, personer der er overvægtige (BMI over 35), personer med visse kroniske sygdomme eller tilstande og personer uden fast bopæl.

"I den kommende tid hvor sæsonen skifter og vi rykker indendørs, skal vi både bevare kontrollen med epidemien, holde samfundet så åbent som muligt og samtidigt beskytte personer, der er i øget risiko. Men for at de kan deltage i samfundslivet, uden at bure sig inde, så anbefaler vi, at de bruger mundbind, ikke kun i den kollektive trafik, men også i andre situationer, hvor det kan være svært at holde mindst 2 meters afstand. Samtidig anbefaler vi også denne gruppe, at de med fordel kan bruge de CE-godkendte mundbind, hvor filtreringsgraden er veldokumenteret. Mundbind af type 1 har en filtreringsgrad på mindst 95%, og det er fint også til denne gruppe," siger Søren Brostrøm.

Hvilke mundbind kan du bruge?

Ved CE-mærkede engangsmundbind har producenten dokumenteret bl.a. filtreringsgraden og åndbarheden. Der findes tre typer CE-mærkede mundbind (Type I, Type II og Type IIR), hvor forskellen er, at type I har en filtreringsgrad på 95% og type II på 98%. Til brug i det offentlige rum, også for personer i øget risiko, er type I tilstrækkeligt, både i forhold til at beskytte andre mod smitte, og til at beskytte bæreren selv. Mundbind af type II og IIR er til brug i sundhedsvæsenet, ligesom deciderede åndedrætsværn (FFP2 og FFP3 m.v.).

Stofmundbind kan være et godt alternativ for personer, som ikke har mistanke om COVID-19, og som ikke er i øget risiko for alvorligt forløb ved COVID-19.

Et godt stofmundbind bør bestå af tre lag tæt vævet stof fx bomuld, være forsynet med elastikker og skal kunne sidde tæt til dit ansigt, så det dækker både næse og mund. Det skal kunne vaskes flere gange ved mindst 60 grader. Skift stof-mundbind, hvis det bliver beskidt eller fugtigt, og mindst én gang dagligt. Brugte mundbind vaskes ved 60 grader og kan bruges igen. Tag derfor flere stofmundbind med, når du går ud, og gem brugte mundbind i en plasticpose, til de kan blive vasket. Opbevar nyvaskede og tørre mundbind separat i en lukket pose, når du skal medbringe dem fx i tasken. Stofmundbind er personlige og bør ikke deles med andre.

Ansigtvisir kan også være et godt alternativ i en række situationer, hvis de anvendes korrekt.

Da CE-mærkede engangsmundbind har en højere beskyttelsesgrad, bør følgende personer altid anvende et CE-mærket mundbind:

- Personer, som er testet positiv for ny coronavirus eller er i risiko for at være smittet, fx fordi de har symptomer eller er nære kontakter.

- Personer, som er på vej hjem fra fx lufthavnen efter en rejse i et land eller område, hvortil Udenrigsministeriet grundet COVID-19 fraråder alle unødvendige rejser og skal i selvisolation.
- Personer, som skal besøge en person i øget risiko, som ikke er en del af vedkommendes husstand, og hvor det ikke er muligt at holde afstand.
- Personer i øget risiko for alvorligt forløb ved COVID-19.

Mundbindet er et supplement til de generelle anbefalinger om god håndhygiejne, begrænsning af fysisk kontakt, hyppig rengøring både hjemme og på arbejdspladsen, og en opmærksomhed på at holde god afstand og vise hensyn til hinanden. Og det er vigtigt, at man ved mistanke om COVID-19 bliver hjemme og selvisolerer.

> [Læs mere om baggrunden for anbefalinger om brug af mundbind](#)

> [Spørgsmål og svar om brug af mundbind](#)

> [Se filmen: Sådan bruger du mundbind](#)

> [Læs nyheden: Gode råd til brug af stofmundbind](#)

> [Læs mere i nyheden 'Ikke alle kan bruge mundbind'](#)

Opdateret 17. august 2020 09:48

Undtagelser for brug af mundbind

Følgende personer er undtaget fra vores anbefalinger om at bruge mundbind i det offentlige rum, som fx i den kollektive trafik:

- Børn op til 12 år behøver ikke bære mundbind.
- Personer med vejrtrækningsbesvær, nedsat bevidsthedsniveau, eller personer med fysiske eller mentale svækkelser, som gør, at de ikke selv kan fjerne mundbindet, skal ikke bære mundbind.
- Mundbind skal fjernes, hvis bæreren får svære gener og ubehag, som f.eks. vejrtrækningsbesvær, kvælningfølelser m.v.
- Mundbind kan fjernes, hvis man har brug for at spise eller drikke, indtage medicin, ved samtale med personer der mundaflæser osv.
- Mundbind kan fjernes, hvis politiet skal foretage identifikation.

Se desuden

[sst.dk/mundbind](https://www.sst.dk/mundbind)

[Sådan bruger du mundbind i det offentlige rum \(21. august\)](#)

[Ikke alle kan bruge mundbind \(7. august\)](#)

[Gode råd om brug af stofmundbind \(7. august\)](#)