

(Gezondheids)risico's van mondkapjes

- Het is veilig om een mondkapje voor publiek gebruik te dragen. Het is normaal om een lichte weerstand te voelen bij het ademen en in het begin kan het even wennen/oncomfortabel zijn.
- In de volgende gevallen raden we het dragen van een mondkapje voor publiek gebruik omwille van mogelijke gezondheidsrisico's af:
 - Voor mensen die omwille van een beperking of een ziekte last kunnen hebben van het dragen van een mondkapje;
 - Tijdens het sporten; het dragen van een mondkapje kan een belemmering vormen voor het goed kunnen uitoefenen van de sport;
 - Tijdens de uitoefening van bepaalde beroepsmatige werkzaamheden. Bijvoorbeeld als voor langere tijd een publiek mondkapje gedragen dient te worden. In deze gevallen kan in overleg met de werkgever een ander beschermingsmiddel worden gebruikt, bijvoorbeeld een face shield;
 - Voor kinderen tot vijf jaar is een mondkapje voor publiek gebruik ongeschikt om te dragen. Bij kinderen in de leeftijdscategorie van 6-11 jaar kunnen mondkapjes overwogen worden. In deze afweging moet wel meegenomen worden dat het dragen van een mondkapje op deze leeftijd een aanzienlijke impact kan hebben op de psychosociale ontwikkeling van het kind.
- Het is belangrijk dat het juiste materiaal wordt gebruikt. De nieuwe NEN-spec schrijft bijvoorbeeld voor dat mondkapjes geen stoffen mogen bevatten die schadelijk voor de gezondheid kunnen zijn. Materiaal uit stofzuigerzakken, luiers, isolatiemateriaal, koffiefilters, enz. zijn daarom ongeschikt.
- Gebruik het mondkapje niet (meer) als het is beschadigd, niet goed aansluit op het gezicht of op enige wijze is versleten, of als ademhalen door het mondkapje moeilijk gaat.
-
- De NEN-spec schrijft voor dat de maximale gebruiksduur van een mondkapje vier uur is, omdat het mondkapje vochtig wordt door de uitgedemde lucht. Hierdoor wordt het moeilijker om adem te halen.