



1. Tenk deg dei to inngangane vi har for å puste: munn og nase. Eit anna ord for å puste er andedrett, og andedretts-systemet vårt er organa i kroppen som er kopla til inn- og utpusting.
2. Munn og nase er to stader på kroppen din det er aktuelt å bruke verneutstyr for å beskytte deg mot smitte. Du kan bruke enten munnbind eller andedrettsvern for å gjere det. Kva du brukar, avheng av risikoen du er eksponert for og korleis smitten kan bli overført.
3. Smitte kan bli overført enten via kontakt, dropar eller gjennom lufta. Munnbind er vanlegvis nok i situasjonar der smitte potensielt kan bli overført via dropar og kontakt.
4. Om smitten kan bli overført gjennom mikroskopiske dropar i lufta, gjerne kalla aerosoler, brukar ein andedrettsvern.
5. Andedrettsvern er ei maske som er tettare rundt munn og nase enn munnbind. Det er særleg viktig å bruke i arbeid som sannsynlegvis produserer aerosoler, gjerne kalla aerosolgenererande prosedyrar.
6. Slikt arbeid involverer gjerne luftvegane til pasientane. Intubering, der ein legg eit rør i halsen for å hjelpe pasienten å puste, er eksempel på slikt arbeid. Bronkoskopi, der ein undersøker luftvegane med eit langt rør med eit kamera i enden, er eit anna.
7. Korona-viruset smittar hovudsakleg via kontakt og drope, men viruset kan smitte gjennom lufta ved arbeid som involverer pasienten sin luftvegar. Difor er andedrettsvern anbefalt om du deltar i prosedyrar med pasientar med påvist eller mistenkt korona-smitte.
8. Det er to hovudtypar andedrettsvern: filtrerande og pusteapparat. Hos oss i sjukehusa brukar vi hovudsakleg den filtrerande typen.
9. Dei filtrerande maskene (Filtering Facepiece Particulate) kjem vidare i tre ulike klassar, alt etter kor mykje støv dei fangar opp: FFP1, FFP2 og FFP3. FFP3 er den som fangar mest opp, FFP2 nest mest. FFP3-masken er den vi vanlegvis brukar i aerosolgenererande prosedyrar, men også FFP2 er godkjent for bruk.
10. Du må ha opplæring i bruken av andedrettsvern før du faktisk brukar det i arbeidet.

