

Společně to zvládneme!

Návod na výrobu roušky v domácích podmínkách.

Za základ jsme použili běžně dostupný střih z internetu (viz obr).

Naše verze je však **dvouvrstvá** (v podstatě vzniká kapsa s otvorem nahoře), aby bylo možno vložit **další filtrační vrstvy** (papírový kapesník) a ochrana byla účinnější.

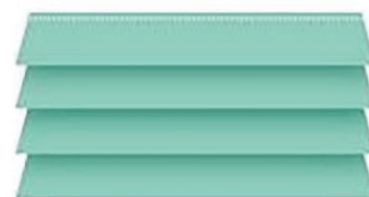
①



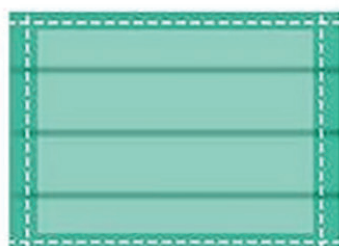
②



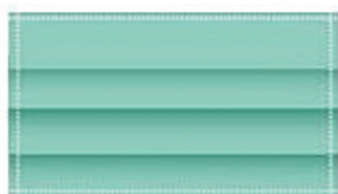
③



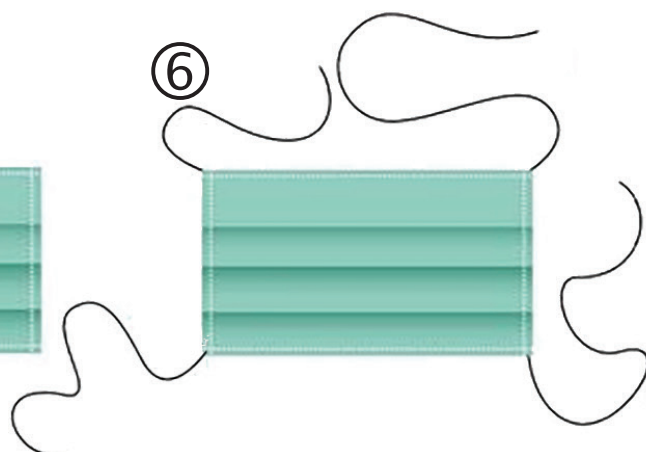
④



⑤



⑥



Potřebujeme:

- 2 čtverce 20x20 cm 100% bavlna (je možno udělat jeden čtverec z tenčí látky)
- 4 šňůrky, každá 45 cm (pokud by se chytaly nějak za uši, stačily by i možná i kratší).

100% bavlna je nutná kvůli možnosti sterilizace

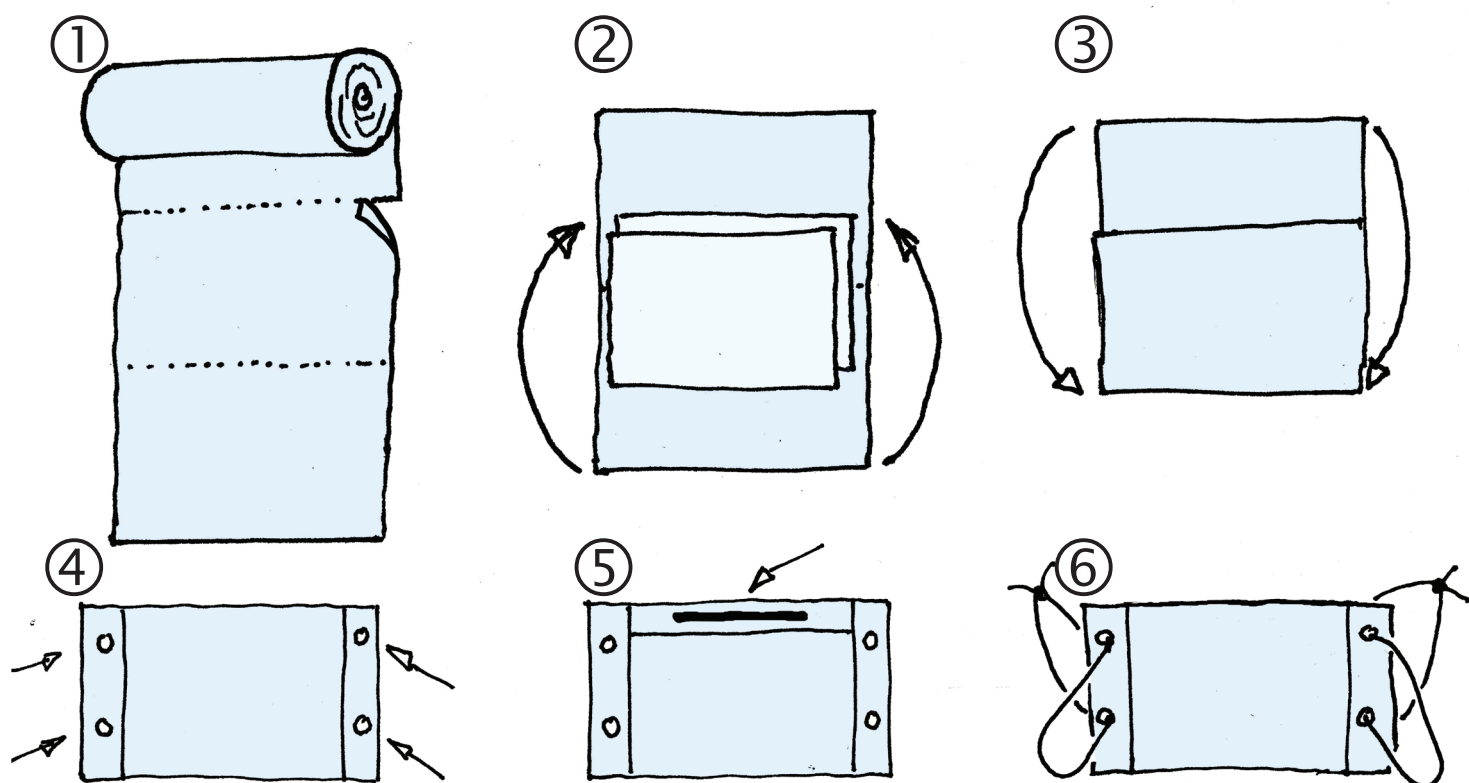
Postup:

- Každý ze čtverců po jedné straně začístit (založit, aby se otevřený horní okraj netřepil) a pak je přiložit rubem k sobě, sešít ze tří (nezaložených) stran a obrátit.
- Dále se čtverci pracovat jako s jedním kusem.
- Naskládat sklady, a začístit po obvodu. (výhodné použít žehličku)
- Do rohů všít šňůrky.

Zde je video návod na jednovrstvou verzi: https://www.youtube.com/watch?v=f2Y0h3uxdig&fbclid=I-wAR0xRtQitKdb-B8_WrK9uUKkVgU5MyIOWRDcVnEQL_ov7MtelrUhqpsaiA1

Společně to zvládneme!

Improvizovaná jednorázová chirurgická rouška



Potřebujeme:

papírové kuchyňské utěrky, papírové kapesníky, lepicí páska, nůžky, kancelářská děrovačka, zvonkový nebo podobně tlustý drát (stačí neizolovaný), kleště, niťová guma, nemáme-li pak stačí tenká šňůrka nebo tkanička.

Postup:

- Z role utěrek odvineme dvě pole a odtrhneme
- Na perforaci mezi poli na sebe položíme symetricky dva rozložené papírové kapesníky (nebo dvouvrstvé krabicované ubrousky)
- Jednu stranu základní papírové utěrky přeložíme na vzdálenější hranu kapesníků.
- Poté přeložíme druhou stranu utěrky ke konci již přeložené části utěrky.
- Kratší okraje slepíme podélně lepicí páskou a děrovačkou do nich uděláme na každé straně dva otvory. Raději skrz pásku – jsou pevnější.
- Ustříhneme kousek drátku dlouhý asi jako ukazovák.
- Asi 2-3 mm od budoucího horního okraje (raději toho, který je uzavřený) položíme drátek podélně a přilepíme lepicí páskou, kterou ohneme i přes horní okraj.
- Otvory na levé straně masky provlékneme gumovou nití asi 20 cm dlouhou a konce svážeme. Totéž uděláme na pravé straně.
- Masku přiložíme na obličej tak, aby drátek ležel na hřbetě nosu a stiskneme, aby kopírovala tvar nosu a obličjeje.
- Vyzkoušíme a podle potřeby upravíme délku gumových smyček prostým zauzlením.

Pozn. Ponecháme-li nahoře otevřený okraj, je možné do masky vložit profesionální filtr.

Sterilizace:

Virus by podle zveřejněných údajů neměl být schopen přežít 60°C.

Doporučujeme roušku / roušky před použitím vysterilizovat např. v předehřáté ! troubě alespoň 30 minut na 80°C. Předehřáté proto, aby byly zničeny všechny uvolněné virové částice, než jsou prouděním vzduchu vyneseny ven. Námi použitá plastická lepicí páska teplotu vydržela beze změny a stejně tak mikrotenový sáček. Takže je možné sterilizovat více masek v jednu sáčku a pak je v něm uchovávat. Raději ale masku sterilizujte těsně před použitím a máte-li možnost ještě ji přežehlete (! pozor na lepicí pásku !)

Také vyprání roušky v běžné pračce na 90°C virus spolehlivě zničí. To ale na papírovou roušku nelze použít.

Likvidace:

Rouška by neměla být používána déle než jeden den a po použití by měla být odložena do speciální nádoby na biologický odpad (v nemocnicích a zdravotnických zařízeních) a nebo – v domácích podmínkách – spálena.

Odkazy na užitečné nebo podobné stránky: (Lidská tvořivost je nekonečná)

<https://www.youtube.com/watch?v=K5xy2n941jM>

<https://www.youtube.com/watch?v=K5xy2n941jM>

<https://www.youtube.com/watch?v=aNjpH5lBZ8w>

A stovky dalších.

Chránit se je normální. Naučte se to. IHNED!

Pokud roušku ještě nemáte, udělejte toto:

- Udržujte vzdálenost od ostatních lidí ideálně **2 metry**
- Vyhybejte se **komukoliv**, kdo kašle, smrká.
- Pokud potřebujete kýchnout, **vždy do papírového kapesníku**.

Pokud se chcete alespoň provizorně chránit bez roušky, můžete použít i **šátek**, nebo **šálu**.

Berte vážně hygienu!

Pořídte si mycí gel na alkoholové bázi a **opakovaně si myjte ruce** vždy, když se dotknete předmětu, který by mohl přenášet nákazu (např. klika).

A NEZTRÁCEJTE HUMOR!

Sdílejte s námi případně fotky z rodinné výroby a módní přehlídky.