

Tässä ohjeessa kerromme vaihe vaiheelta, kuinka voit tehdä itse suojuksen CPAP-maskiin. Voit asettaa valmiin suojuksen CPAP-pehmusteen päälle, jolloin se suojaa ihoa pehmusteen silikonilta. Suojus voi auttaa ihoärsytykseen ja painaumiin sekä vähentää maskin vuotoa.

Tarvitset ainoastaan säämiskää (50cm x 35cm), jota voit ostaa helposti rautakaupasta tai verkosta.

## Ohje:

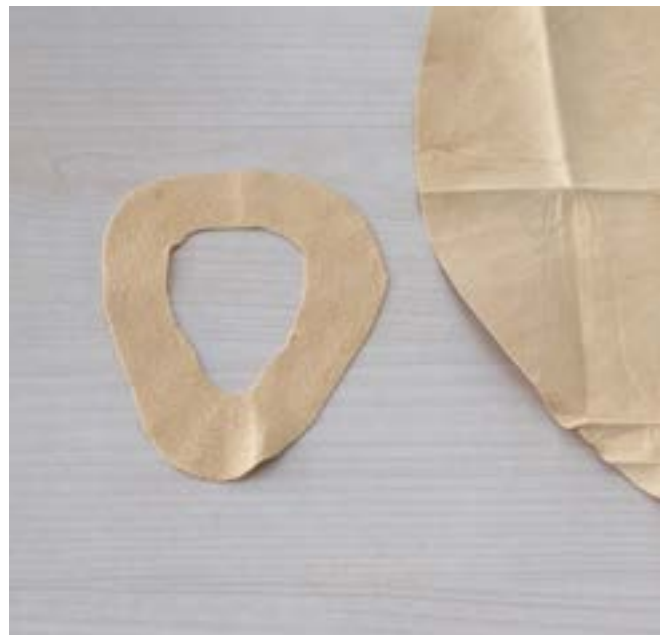
**VAIHE 1:** Levitä säämiskä pöydälle ja aseta maski sen päälle maskin pehmuste alaspäin.



**VAIHE 2:** Piirrä maskin pehmusteen ääri viivat (ulko- ja sisäpuolelta!) säämiskään.



**VAIHE 3:** Ota terävät saksit ja leikkaa nahka piirtämiäsi ääri viivoja myöten.



**VAIHE 4:** Aseta nahkapala maskin pehmusteen ja ihosi väliin – näin välttyt suoralta kosketukselta.

