



چگونه از ماسک استفاده کنیم؟

چه زمانی از ماسک استفاده کنیم؟



۱. در صورتی که از فرد مبتلا یا مشکوک به بیماری کرونا مراقبت می کنید.
۲. در صورتی که سرفه یا عطسه می کنید.
۳. در صورتی که شما مبتلا به بیماری تنفسی هستید
۴. در هنگام حضور در اماکن شلوغ و در بسته، در هنگام سوار شدن در وسایط حمل و نقل عمومی نظیر مترو به خاطر داشته باشید که با استفاده از ماسک، ایمنی شما تضمین نمی شود و ضروری است که شستن دست ها با آب و صابون یا هندراب (محلول شستشوی دست) را انجام دهید.

چه طور از ماسک استفاده کنیم؟



۱. قبل از استفاده از ماسک، دست ها را با آب و صابون یا هندراب (محلول شستشوی دست) شستشو دهید. محلول ضد عفونی کننده دست از هندراب بهتر است.
۲. ابتدا قسمت فلزی بالای ماسک را روی بینی خود فشرده و ثابت کنید.
۳. سپس کش ها را دور گوش خود ببندید (بدون لمس ماسک) یا با استفاده از بندهای ماسک، آن را دور سر خود ببندید.
۴. قسمت پایین ماسک را تا زیر چانه خود بکشید.

در استفاده از ماسک موارد زیر را به خاطر داشته باشید:



- به محض اینکه ماسک مرطوب شد باید آن را با ماسک جدید جایگزین کنید.
- ماسک ها یک بار مصرف هستند و نباید دوباره از آنها استفاده کنید.
- در زمانی که ماسک روی صورت شما است، نباید سطح آن را لمس کنید. اگر اشتباهاً ماسک را لمس کردید سریعاً دست ها را با آب و صابون یا هندراب بشویید.

چگونه ماسک را خارج کنیم؟



۱. برای برداشتن ماسک از روی صورت خود، باید آن را از کنار گوش خود بردارید. به هیچ عنوان سطح روی ماسک که مقابل دهان و بینی شما است، را لمس نکنید.
۲. ماسک را بلافاصله پس از برداشتن در سطل زباله در بسته ببندید.
۳. پس از دور انداختن ماسک، دست ها را مجدداً با آب و صابون یا هندراب شستشو دهید.