

# چگونه از ماسک غیر پزشکی یا پوشش صورت استفاده ایمنی نمود.

## نقش خود را ایفا کنید.

اگر نمی‌توانید فاصله ۲ متری را حفظ نمایید، ماسک غیر پزشکی پوشیده یا از پوشش صورت استفاده کرده تا از اطرافیان محافظت کنید.

## ماسک‌های غیر پزشکی برای افراد زیر

### توصیه نمی‌شود:

← افرادی که مبتلا به بیماری یا معلولیتیاند که گذاشتن و برداشتن ماسک برایشان دشوار است

← افرادی که مشکل تنفسی دارند

← کودکان ۲ ساله یا کمتر

## افرادی که ماسک نمی‌پوشند را قضاوت نکنید.

مهربانی مهم است، چون برخی از افراد نمی‌توانند ماسک پوشیده یا از پوشش صورت استفاده کنند.



## انجام دادنیهها

حتماً از ماسکی استفاده نموده که حداقل متشکل از دو لایه از پارچه‌های باشد که محکم بهمم بافته شده است.



حتماً ماسک غیر پزشکی پوشیده یا از پوشش صورت استفاده نموده تا از دیگران محافظت کنید.



حتماً مطمئن شوید که ماسک یا پوشش صورت تمیز و خشک باشد.



حتماً ماسک را برای پارگی یا سوراخ بازرسی کنید.



حتماً برای گذاشتن و برداشتن ماسک از حلقه یا گره پشت گوش استفاده کنید.



حتماً قبل و بعد از دست زدن به ماسک یا پوشش صورت، دستهای خود را بشوید یا از ضد عفونی‌کننده دست حاوی الکل استفاده کنید.



حتماً هرگاه ماسکتان مرطوب یا کثیف شد، آن را عوض کرده یا بشوید.



حتماً مطمئن شوید که بینی و دهانتان کاملاً پوشیده باشد.



حتماً ماسک‌های قابل استفاده مجدد را قبل از پوشیدن دوباره در یک کیسه کاغذی تمیز نگهداری کنید.



حتماً ماسکتان را با آب داغ و صابونی شسته و قبل از استفاده مجدد بگذارید کاملاً خشک شود.



حتماً ماسک‌هایی که قابل شستشو نیستند را بعد از استفاده در یک سطل آشغال با کیسه زباله پلاستیکی، دور بیندازید.



## انجام ندادنیهها

به خاطر داشته باشید، پوشیدن ماسک غیر پزشکی یا پوشش صورت از گسترش کووید-۱۹ جلوگیری نخواهد کرد. علاوه بر آن، باید مرتب دستهای خود را شسته، فاصله‌گذاری اجتماعی را رعایت نموده و اگر بیمارید در خانه بمانید.

اصلاً ماسکشل نپوشید.



اصلاً از ماسک‌های مرطوب، کثیف یا معیوب استفاده مجدد نکنید.



اصلاً برای صحبت کردن با فردی ماسک را برندارید.



اصلاً هنگام پوشیدن ماسک آن را لمس نکنید.



اصلاً فردی غیر از شما از ماسکتان استفاده نکند.



اصلاً ماسک را به گردن یا گوش خود آویزان نکنید.



اصلاً ماسکی که استفاده کرده‌اید را در دسترس دیگران نگذارید.

