

மருத்துவமற்ற முகக்கவசம் அல்லது முகமூடியை எப்படி பாதுகாப்பாக பயன்படுத்துவது

செய்ய வேண்டியவை



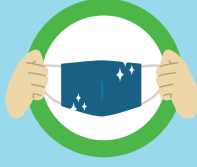
மற்றவர்களைப் பாதுகாக்க மருத்துவமற்ற முகக்கவசம் அல்லது முகமூடியை அணியுங்கள்.



இறுக்கமாக நெய்த துணியில் குறைந்தது இரண்டு அடுக்குகளுடன் முழுமையாக மூடக்கூடிய வகையில் தயாரிக்கப்பட்ட முகக்கவசத்தை உறுதி செய்யுங்கள்.



முகமூடியில் கிழிக்கப்பட்ட பகுதி மற்றும் துளைகளை ஆய்வு செய்யுங்கள்.



முகமூடி அல்லது முகக்கவசம் சுத்தமாகவும் உலர்ந்ததாகவும் இருப்பதை உறுதி செய்யுங்கள்.



முகமூடி அல்லது முகக்கவசத்தை உபயோகிப்பதற்கு முன்பும் பின்பும் உங்கள் கைகளை கழுவுங்கள் அல்லது மதுசாரம் (ஆல்கஹால்) சார்ந்த கை சுத்திகரிப்பான்களை பயன்படுத்துங்கள்.



முகக்கவசத்தை அகற்ற காது சுழல்கள் அல்லது கட்டும் முறையை பயன்படுத்துங்கள்.



உங்கள் மூக்கு மற்றும் வாய் முழுமையாக மூடப்பட்டிருப்பதை உறுதி செய்யுங்கள்.



ஈரமான அல்லது அழுக்காக மாறும் போதெல்லாம் உங்கள் முகக்கவசத்தை மாற்றி சலவை செய்யுங்கள்.



உங்கள் முகக்கவசத்தை சூடான, சவக்காரம் நிறைந்த தண்ணீரில் கழுவவும், மீண்டும் அணிவதற்கு முன்பு அதை முழுமையாக உலர விடவும்.



மீண்டும் பயன்படுத்தக்கூடிய முகக்கவசங்களை நீங்கள் மீண்டும் அணியும் வரை சுத்தமான காகிதப் பையில் சேமிக்கவும்.



பயன்பாட்டிற்குப் பிறகு பிளாஸ்டிக் வரிசையாக குப்பைத் தொட்டியில் கழுவ முடியாத முகக்கவசங்களை நிராகரிக்கவும்.

செய்ய கூடாதவை



ஈரமான, அழுக்கடைந்த அல்லது சேதமடைந்த முகக்கவசங்களை மீண்டும் பயன்படுத்த வேண்டாம்.



தளர்வான முகக்கவசத்தை அணிய வேண்டாம்.



முகக்கவசத்தை அணியும்போது அதைத் தொடாதீர்கள்.



ஒருவரிடம் பேசும்போது முகக்கவசத்தை அகற்ற வேண்டாம்.



உங்கள் கழுத்து அல்லது காதுகளில் முகக்கவசத்தை தொங்கவிடாதீர்கள்.



உங்கள் முகக்கவசத்தை பகிர்ந்துகொள்ள வேண்டாம்.



நீங்கள் பயன்படுத்திய முகக்கவசம் மற்றவர்களை அடையும் படி விட்டுச்செல்ல வேண்டாம்.

உங்கள் பங்கைச் செய்யுங்கள்.

நீங்கள் 2 மீட்டர் தூரத்தை பராமரிக்க முடியாதபோது மற்றவர்களைப் பாதுகாக்க மருத்துவமற்ற முகக்கவசம் அல்லது முகமூடியை அணியுங்கள்.

உங்கள் பங்கைச் செய்யுங்கள்.

- ➔ நோய் அல்லது குறைபாடுகளால் பாதிக்கப்படுபவர்களுக்கு முகக்கவசத்தை அணியுது அல்லது கழற்றுவது கடினம்
- ➔ மூச்சு விடுவதில் சிரமம் உள்ளவர்களும்
- ➔ 2 வயதுக்குட்பட்ட குழந்தைகள்

முகக்கவசம் அணியாததற்காக மற்றவர்களைத் தீர்ப்பிட வேண்டாம்.

சிலருக்கு முகமூடி அல்லது முகக்கவசத்தை அணிய முடியாமல் போகலாம் என்பதால் கருணை முக்கியம் ஆகும்.

நினைவில் கொள்ளுங்கள், மருத்துவமற்ற முகமூடி அல்லது முகக்கவசத்தால் மட்டும் மறைப்பது COVID-19 பரவுவதைத் தடுக்காது. நீங்கள் அடிக்கடி கைகளை கழுவ வேண்டும், உடல் ரீதியான தூர பயிற்சி மற்றும் நீங்கள் நோய்வாய்ப்பட்டிருந்தால் வீட்டிலேயே இருக்க வேண்டும்.

