വായുജന്യ രോഗങ്ങളിൽ നിന്നും രക്ഷനേടാൻ മാസ്ക് ഉപയോഗിക്കേണ്ട വിധം

രോഗലക്ഷണങ്ങളായ ചുമ
മൂക്കൊലിപ്പ് തൊണ്ടവേദന
ഉള്ളവരോ/ രോഗബാധിത
പ്രദേശങ്ങളിൽ നിന്നും മടങ്ങി
വന്നവരോ/ ഇത്തരത്തിൽ
ഉള്ളവരെ പരിചരിക്കുന്നവരോ
മാസ്കുകൾ ധരിക്കുന്നതാണ്
ഉത്തമം.

രോഗ ലക്ഷണങ്ങൾ ഇല്ലാത്തവർ മെഡിക്കൽ മാസ്ക് ധരിക്കേണ്ട ആവശ്യമില്ല. ഈ പ്രവണത തെറ്റായ സുരക്ഷ ബോധമാണ് നൽകുന്നത്.

പൊതുജനങ്ങൾ N95 മാസ്ക്
ധരിക്കേണ്ട ആവശ്യമില്ല.
ശരിയായി ഉപയോഗിച്ചില്ലെങ്കിൽ
ഗുണതേക്കാളേറെ N95 മാസ്ക്
ദോഷം ചെയ്യുന്നതാണ്.

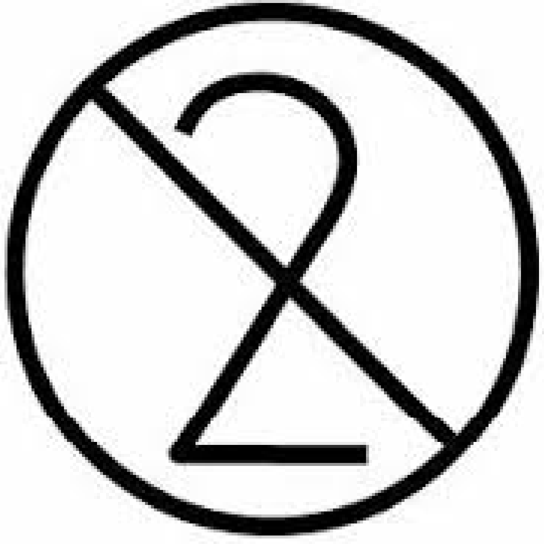
പൊതുജനങ്ങൾ മെഡിക്കൽ മാസ്ക്
ശരിയായി ഉപയോഗിക്കേണ്ട വിധവും
നശിപ്പിക്കേണ്ട വിധവും
നിർബന്ധമായും അറിഞ്ഞിരിക്കണം

മാസ്ക് ധരിക്കുന്നതിനു മുൻപും, മാസ്ക് അഴിച്ചു മാറ്റിയ ശേഷവും കൈകൾ സോപ്പും വെള്ളവും ഉപയോഗിച്ച് വൃത്തിയാക്കുക

മൂക്കും വായും പൂർണമായും
മറയത്തക്ക രീതിയിൽ
വിടവുകളുണ്ടാകാത്ത രീതിയിൽ
ആണ് മാസ്ക് കെട്ടേണ്ടത്

ഉപയോഗിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന മാസ്കിൽ കൈ കൊണ്ട് തൊടാൻ പാടുള്ളതല്ല. അബദ്ധവശാൽ തൊട്ടാൽ ഉടൻ തന്നെ കൈകൾ സോപ്പ് ഉപയോഗിച്ചോ ആൾക്കോഹോൾ അടങ്ങിയ ഹാൻഡ് റബ് ഉപയോഗിച്ചോ കൈകൾ കഴുകേണ്ടതാണ്.

ഒറ്റതവണ ഉപയോഗിക്കേണ്ട മസ്കുകൾ
(disposible/ single use)
പുനരുപയോഗിക്കാൻ പാടുള്ളതല്ല.



Do not
reuse

ഉപയോഗിച്ച മാസ്കുകൾ അലക്ഷ്യമായി വലിച്ചെറിയാതെ കത്തിച്ചു കളയുകയോ ബ്ലീച്ചിംഗ് ലായനിയിൽ ഇട്ടു അണുവിമുക്തമാക്കി കുഴിച്ചു മൂടുകയോ ചെയ്യുക.

ധരിക്കുമ്പോൾ മൂക്കിനു മുകളിലും താടിക്കു താഴ് ഭാഗത്തിലും എത്തുന്ന തരത്തിൽ, ആദ്യം മുകൾ ഭാഗത്തെ കെട്ടും(ചെവിക്കു മുകളിൽ) രണ്ടാമത് താഴ് ഭാഗത്തെ (ചെവിക്കു താഴെ കൂടി കഴുത്തിന് പുറകിൽ) കെട്ടും ഇടുക

അഴിച്ചു മാറ്റുമ്പോൾ ആദ്യം
താഴ് ഭാഗത്തെ കെട്ടും
പിന്നീട് മുകൾ ഭാഗത്തെ
കെട്ടും നീക്കം ചെയ്തു
മാസ്കിന്റെ മുൻവശത്തോ
നമ്മുടെ ശരീരത്തിലോ മാസ്ക്
സ്പർശിക്കാതെ കളയുക.

മാസ്ക് ധരിച്ച ശേഷം മാസ്കിന്റെ മുൻവശങ്ങളിൽ തൊടാൻ പാടുള്ളതല്ല

മാസ്ക് ധരിച്ച ശേഷം മൂക്കിനു
മുകളിൽ വരുന്ന ഭാഗം ചേർത്ത്
വയ്ക്കണം

നനവ് ഉണ്ടായാലോ, മാസ്ക്

വൃത്തിഹീനം എന്ന് തോന്നിയാലോ

ഉടൻ തന്നെ മാറ്റണം

മിക്കവാറും മാസ്കുകളിൽ നിറം ഉള്ളഭാഗം പുറത്തേക്കും വെളുത്ത നിറത്തിലുള്ള ഭാഗം ശരീരത്തോട് ചേർന്നും ഇരിക്കണം

ഒരു കാരണവശാലും
കെട്ടിയിരിക്കുന്ന മാസ്ക്
കഴുത്തിലേക്ക് താഴ്ത്തുകയോ,
മൂക്കിനു താഴെ വച്ച് കെട്ടുകയും
അരുത്.

മാസ്ക് ധരിച്ചു തുടങ്ങുന്നതിനു മുൻപ് തന്നെ മാസ്കിനു കേടുപാടുകൾ ഒന്നും തന്നെ ഇല്ല എന്ന് ഉറപ്പു വരുത്തണം.

നന്ദി......