



نحوه صحیح پوشیدن و درآوردن ماسک غیرپزشکی (یا ماسک پارچه‌ای) اگر از یک ماسک غیرپزشکی استفاده می‌کنید، حتماً:

- قبل از آن دست‌هایتان را بشویید
- ماسک را طوری روی صورت خود قرار دهید که دهان و بینی شما را کاملاً بپوشاند (هیچ درزی وجود نداشته باشد)
- چین‌ها در قسمت بیرونی ماسک، در صورت وجود، باید رو به پایین قرار بگیرند
- در صورت وجود، نوار فلزی ماسک را روی بینی خود محکم فشار دهید
- در طول استفاده از آن، به ماسک یا به صورت خود دست نزنید
- آن را روی گردن یا پیشانی خود قرار ندهید، یا از گوشتان آویزان نکنید
- به محض اینکه ماسک شما مرطوب یا کثیف شد، آن را عوض کنید
- قبل از درآوردن ماسک دست‌هایتان را بشویید
- بدون اینکه قسمت بیرونی را لمس کنید، ماسک را درآورید
- ماسک را مستقیماً داخل ماشین لباسشویی یا یک کیسه پلاستیکی بیاندازید تا بعداً آن را تمیز کنید
- دست‌هایتان را بشویید و هر سطحی را که با ماسک برخورد داشته است، تمیز کنید.

درآوردن

پوشیدن

Safely Wearing a Cloth Mask – Farsi, May, 2020