

نکاتی کلیدی در استفاده از ماسک

ONLINE
hamshahronline.ir

ماسک N۹۵ بدون سوپاپ تا ۹۵ درصد و ماسک سه لایه جراحی استاندارد بین ۸۵ تا ۹۵ درصد میزان انتقال ویروس را کاهش می‌دهد



اتو کردن ماسک رطوبت گرفته در حالتی که از نوع پارچگی خانگی باشد، مانعی ندارد



می‌توانید پنج ماسک سه لایه را تهیه کنید و پس از مصرف اولین ماسک آن را به مدت ۵ روز در فضای باز و در مجاورت نور آفتاب قرار دهید

هنگام عطسه و سرفه ماسک نباید از روی صورت برداشته شود و رطوبت معمولی پس از عطسه و سرفه مانع از استفاده ماسک نیست؛ مگر اینکه ماسک خیس شده باشد



در صورت داشتن ماسک پارچهای و اجبار به حضور در فضاهایی با جمعیت بیش از ۲ نفر؛ باید پنجره‌ها باز و تهویه هوا به طور کامل انجام شود



در صورتی که ماسک رطوبت گرفت؛ دیگر قابل استفاده نیست. ماسک رطوبت گرفته به واسطه خشک کردن آن مجوز استفاده دوباره را ندارد



ماسک‌هایی که دورنگ هستند لایه روشن داخل و لایه تیره بیرون باشد

ماسک یکبار مصرف سه لایه در یک روز نباید بیش از ۶ تا ۸ ساعت استفاده شود. پس از این زمان ماسک داخل یک پلاستیک در بسته قرار گرفته و به سطل زباله انداخته شود



بهتر است کودکان بالای دو سال ماسک مخصوص خودشان را بزنند. اگر دسترسی نداشتید با گره زدن کش پشت گوش، آن را کوچک کنید



هنگام استفاده از ماسک‌های پارچهای باید فاصله ۲ متری بین افراد رعایت شود و ترجیحاً در فضاهای مسقف بیش از دو نفر با ماسک پارچهای داخل نشوم



ماسکی که به هر دلیلی تغییر رنگ داده است؛ باید تعویض شود

ماسک برای ضد عفونی کردن نیست بنابراین از پاشش هر گونه مواد ضد عفونی مانند الکل و سفیده کننده به ماسک خودداری کنید؛ ماسک کارایی خود را از دست می‌دهد



در ورزش‌های روزمره نظیر کوهنوردی؛ پیاده روی در محیط‌های باز از جمله پارک که فرد دیگری در نزدیکی شما حضور ندارد؛ نزدن ماسک بلامانع است



ماسک پارچهای پس از هر بار مصرف با آب و ماده ضد عفونی کننده به نسبت ۹ به ۱ باید شسته شده و در فضای باز خشک شود و دوباره مورد استفاده قرار گیرد



مالیده شدن لوازم آرایشی به ماسک چون جنبه شخصی دارد کارایی آن را کاهش نمی‌دهد مگر آنکه تغییر رنگ کامل داده باشد

اگر فرد دیگری در اتومبیل شخصی شما سوار شد، ترجیح بر آن است که حتی پس از پیاده شدن فرد و پس از تهویه کامل ماسک را بردارید



در صورتی که مجبور باشید تحت شرایط خاص ماسک خود را برای لحظاتی بردارید، بهتر است آن را از قسمت بیرونی روی دستمال کاغذی قرار دهید



در صورتی که هیچ نوع دسترسی به ماسک نداشتید، چنانچه دستمال کاغذی دارید دو تا سه لایه را از وسط تا نموده و جلوی بینی خود قرار دهید



هیچکدام از افراد خانواده یا رفقای نزدیک حق استفاده از ماسک طرف مقابل را ندارند. ماسک یک وسیله محافظتی کاملاً شخصی است

در آسانسورها چه تنها باشید و چه افراد دیگری حضور داشته باشند الزام بر زدن ماسک است و تلاش نمائید در آسانسوری که بیش از ۳ نفر حضور دارند؛ وارد نشود



افرادى که در یک خانه زندگی می‌کنند در صورتی که هیچکدام مبتلا به کرونا نباشند یا همه مبتلا باشند؛ عدم استفاده از ماسک ایرادی ندارد



پیشنهاد می‌شود مردانی که دارای محاسن هستند در دوران کرونا و به هنگام ماسک زدن محاسن خود را در کوتاه‌ترین اندازه نگه دارند



دیده شده است برخی از افراد هنگام صحبت کردن ماسک خود را پایین می‌آورند؛ اصولاً ماسک برای حرف زدن است و نباید در هنگام صحبت با دیگران آن را پایین آورد

وجود تنها یک نفر مشکوک یا آلوده در منزل یا محیط کار زدن ماسک را الزامی می‌کند



در صورتی که فردی که ماسک به صورت خود دارد به هر دلیلی فریاد می‌کند یا از صدای بلند استفاده می‌کند؛ فاصله خود تا آن فرد را از حد نرمال دو متر به چند متر تغییر دهید



در صورتی که ماسک تغییر رنگ نداده و قوام خود را حفظ کرده باشد اما تغییر بو داده باشد نشان از کاهش کارایی ماسک دارد و بهتر است از آن ماسک استفاده نشود



چنانچه کودکان بایکدیگر همبازی می‌شوند مواظب تعویض ماسک یکدیگر به دلیل زیبایی و زشتی یا بازی با ماسک هم باشند

به یاد داشته باشید در اجتماعات فضای سرپوشیده و حضور بیش از ۵ نفر کارایی ماسک تضمین شده نیست



چنانچه کودکان بایکدیگر همبازی می‌شوند مواظب تعویض ماسک یکدیگر به دلیل زیبایی و زشتی یا بازی با ماسک هم باشند