

# استفاده از ماسک

## چرا و چگونه؟



۱

ماسک مناسب و استاندارد انتخاب کنید

۲

قبل از استفاده از ماسک دستان‌تان را بشویید

۳

لایه آبی رنگ ماسک رو به بیرون و لایه سفید رنگ روی به داخل استفاده شود

۴

ماسک را روی بینی، دهان و چانه خود قرار دهید

۸

از دست زدن به ماسک استفاده شده بدون دستکش خودداری کنید

۹

ماسک استفاده شده را در کیف یا جیب خود قرار ندهید

۱۰

ماسک را در نایلون گذاشته و در سطل زباله بیندازید

۵

سیم فلزی نازک بالای ماسک را روی بینی فشار دهید تا روی صورت شما بچسبد

۶

بعد از قراردادن ماسک روی صورت، کش بالا را پشت سر و کش پایین را زیر گوش قرار دهید

۷

اگر هوا از اطراف ماسک به بیرون نشت می‌کند، کش‌ها را تنظیم کنید



لایه سفید ماسک:

ضد آب است  
جذب کننده است  
از خروج ترشحات و بزاق جلوگیری می‌کند



لایه آبی ماسک:

ضد آب است  
مانع رد شدن ترشحات و بزاق می‌شود

مسافران و توریست‌ها



زنان باردار



کودکان



سالمندان



افرادی که سیستم ایمنی بدن ضعیفی دارند



افراد دارای بیماری‌های تنفسی و قلبی و عروقی دارند.  
(نارسایی تنفسی، آسم، برونشیت مزمن و...)



خط گروه‌های