



World Health
Organization

EPI•WiN

মাস্ক ব্যবহারবিধি

করোনা ভাইরাস সংক্রমণের ঝুঁকি কমাতে যা করতে হবে

1



বারবার প্রয়োজনমতো সাবান ও পানি দিয়ে হাত ধুয়ে ফেলুন বা অ্যালকোহল যুক্ত হ্যান্ডরাব দিয়ে হাত পরিষ্কার করুন।

2



সর্দি-কাশির সময় টিস্যু পেপার দিয়ে নাক-মুখ ঢেকে ফেলুন। টিস্যু পেপার না থাকলে অন্তত: কনুই ভাজ করে নাক-মুখ ঢেকে ফেলুন। ব্যবহারের পরপর টিস্যু পেপার দ্রুত বিনে ফেলুন ও হাত ধুয়ে ফেলুন।

3



সর্দি-কাশি ও জ্বরে আক্রান্ত ব্যক্তির কাছে যাওয়া থেকে বিরত থাকুন।

মাস্ক কখন ব্যবহার করবেন

1



আপনি যদি সুস্থ থাকেন,
কেবল ২০১৯ করোনা ভাইরাস
আক্রান্ত রোগীকে সেবা দেবার
সময় মাস্ক ব্যবহার করুন।

2



আপনি যখন হাঁচি বা কাশি
দিচ্ছেন তখন মাস্ক ব্যবহার
করুন।

3



মাস্ক ব্যবহার তখনই কার্যকরি
যখন অ্যালকোহল যুক্ত হ্যান্ডরাব
দিয়ে হাত ঘসে নেয়া হয় বা
সাবান পানি দিয়ে হাত
ধোয়া হয়।

4



মাস্ক ব্যবহার করলে, অবশ্যই
আপনাকে এর ব্যবহার বিধি
জানতে হবে।

মাস্ক কিভাবে পড়তে, ব্যবহার করতে, খুলতে ও ফেলে দিতে হয়

1



মাস্ক ব্যবহারের আগে অ্যালকোহল যুক্ত হ্যান্ডরাব দিয়ে ঘসে বা সাবান পানি দিয়ে হাত ধুয়ে নিন।

2



নাক-মুখ মাস্ক দিয়ে এমন ভাবে ঢাকুন যাতে মুখমন্ডল ও মাস্কের মাঝে কোন ফাঁকা না থাকে। ব্যবহৃত মাস্কে হাত দেয়া যবে না, যদি দিয়েই ফেলেন, তাহলে অ্যালকোহল যুক্ত হ্যান্ডরাব হাত ঘসে বা সাবান পানি দিয়ে হাত ঘসে ধুয়ে ফেলতে হবে।

3



ব্যবহৃত মাস্কটি ভেজা ভেজা হয়ে গেলে সেটি বদলে ফেলুন। ব্যবহৃত মাস্ক কখনই পুনরায় ব্যবহার করা যাবে না।

4



মাস্ক খোলার সময় পিছন দিক থেকে খোলা শুরু করুন, কোনমতেই যেন সামনের অংশে হাত না লাগে। তারপর ঢাকনা যুক্ত বিনে ফেলুন। অ্যালকোহল যুক্ত হ্যান্ডরাব বা সাবান পানি দিয়ে হাত ঘসে ধুয়ে নিন।