Bruk av munnbind

Språk: Tamil

Opprettet: 15.08.20 Endret: 31.08.20

முகக்கவசத்தின் பயன்பாடுகள்

முகக்கவசம் அணிவதால் உங்களிடம் இருந்து மற்றவர்களுக்கு நோய்த்தொற்று ஏற்படுவது தடுக்கப்படுகிறது, மேலும் உங்களுக்கும் நோய்த்தொற்று பாதிப்பு ஏற்படும் அபாயம் குறைகிறது. முகக்கவசத்தை நீங்கள் தவறாகப் பயன்படுத்தினால், உங்களிடம் நோய்த்தொற்று ஏற்படுவதற்கான வாய்ப்புகள் அதிகமாகும்.

மருத்துவ முகக்கவசத்திற்கும் சாதாரண துணி முகக்கவசத்திற்கும் உள்ள வித்தியாசம், முகக்கவசத்தை எப்போது அணிய வேண்டும், எப்படிச் சரியாகப் பயன்படுத்த வேண்டும் என்பது குறித்த விவரங்களை இந்தக் கட்டுரையில் விளக்கியுள்ளோம்.

1) முகக்கவசத்தை எப்போது அணிய வேண்டும்

முகக்கவசத்தை எங்கு, எப்போது அணிய வேண்டும் என்பது பற்றி அரசு ஆலோசனை வழங்குகிறது. தொற்று நிலைமைக்கு ஏற்ப வெவ்வேறு நகராட்சிகளில் முகக்கவசம் பயன்படுத்துவதற்கான தேவைகள் மாறுபடும். புதிய தகவல்களுக்கு www.fhi.no மற்றும் www.helsenorge.no தளத்தைத் தொடர்ந்து பார்வையிடவும்.

COVID-19 நோய்த்தொற்று காலத்தில் பரிந்துரைக்கப்பட்ட முகக்கவசப் பயன்பாடு:

பின்வரும் சூழ்நிலைகளில் (அடுத்த அறிவிப்பு வரும் வரை) முகக்கவசங்களை பயன்படுத்துமாறு அதிகாரிகள் பரிந்துரைக்கின்றனர்:

- COVID -19 நோயத்தொற்றால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் அல்லது அதன் அறிகுறிகள் உள்ளவர்கள், சுகாதார மையத்திற்குச் செல்லும்போதும், அங்கிருந்து வரும்போதும், தனிமைப்படுத்துதலில் இருந்து வெளியேறும் போதும் அல்லது பரிசோதனைக்குச் செல்லும் போதும் முகக்கவசம் அணிய வேண்டும்.

- *கொரோனா பாதிப்பு அதிகம் உள்ள நாடுகளிலிருந்து விமானம் மூலம் நார்வேக்கு வரும் பயணிகள், விமானத்தில் இருந்து தனிமைப்படுத்துதல் மையத்திற்குச் செல்லும் வரையில் முகக்கவசம் அணிந்திருக்க வேண்டும்.*
- Covid-19 *நோய்த்தொற்று உறுதிசெய்யப்பட்டவர்கள் அல்லது சிகிச்சைப் பெறுபவர்களை, அவர்களுடைய நணபர்களோ உறவினர்களோ கவனிக்க வரும் போது, ஒரு மீட்டர் இடைவெளியை கடைப்பிடிக்க முடியாத போது முகக்கவசம் அணிய வேண்டும்.*

2) மருத்துவ முகக்கவசத்திற்கும் சாதாரண துணியிலான முகக்கவசத்திற்கும் என்ன வித்தியாசம்?

முகக்கவசம் இரண்டையும் வேறுபடுத்துகிறோம். *நாங்கள் பயன்படுத்தும் வரையறைகள் இங்கே:*

- *மருத்துவ முகக்கவசம்: சுகாதார ஊழியர்கள் பயன்படுத்துவதற்கும் அதற்கு ஏற்ற தரங்களை பூர்த்தி செய்வதற்கும் தயாரிக்கப்படுவது மருத்துவ முகக்கவசம். நீங்கள் முகக்கவசம் அணிவதற்கான தேவை ஏற்படும் போது, வகை* 1*முகக்கவசத்தைப் பயன்படுத்தவும். வகை* 2 *முகக்கவசம் சுகாதார ஊழியர்களுக்காக ஒதுக்கப்பட்டுள்ளது.*

- *சாதாரண துணியிலான முகக்கவசம்: துணி அல்லது பிற துவைக்கக்கூடிய பொருட்களால், வீட்டில் அல்லது தொழிற்சாலையில் தயாரிக்கும் முகக்கவசம் சாதாரணமானது ஆகும். இந்தத் துணி முகக்கவசம் எந்த தரத்தாலும் நிர்வகிக்கப்படுவதில்லை, அவற்றின் வடிகட்டுதல் செயல்திறன் (பாதுகாப்பு அளவு) தெரிவதில்லை.*

ஒரு மருத்துவ முகக்கவசத்தை விட துணியிலான முகக்கவசம் குறைவான செயல்திறன் கொண்டது என்றும், அதன் மூலப்பொருள் மற்றும் முகத்தில் பொருந்தும் வகைக்கு ஏற்ப பல்வேறு மாறுபாடுகள் இருப்பதாகவும் ஆய்வு சுட்டிக்காட்டுகிறது

3) முகக்கவசத்தை யாரெல்லாம் பயன்படுத்தக்கூடாது:

- 2 வயதிற்குட்பட்ட குழந்தைகள் முகக்கவசம் **பயன்படுத்தக்கூடாது**

- தொடக்கப்பள்ளிகளுக்குச் செல்லும் குழந்தைகள் (1 முதல் 7 வயதுள்ளவர்கள்) மற்றும் அதற்குக் கீழ் உள்ளவர்கள் முகக்கவசம் அணியக்கூடாது

- மருத்துவக் காரணங்களால் முகக்கவசம் அணிவதில் சிரமம் உள்ளவர்களோ அல்லது பிற இயலாமையில் உள்ளவர்களோ முகக்கவசம் அணியக்கூடாது. இந்த நிலைமைகள் உங்களுக்குப் பொருந்தும் என்று நீங்கள் நினைத்தால் உங்கள் பொது மருத்துவரை அணுகவும்.

4) முகக்கவசம் பயன்படுத்துபவர்களுக்கான அறிவுரை:

மருத்துவ முகக்கவசமோ துணியிலான முகக்கவசமோ இவற்றில் எது அணிந்தாலும், எப்போதும்

- *கைகளை அடிக்கடி சுத்தமாகக் கழுவ வேண்டும்*
- *மற்றவர்களிடம் இருந்து சிறிது தூரம் விலகியே இருக்க வேண்டும்*
- *உடல்நிலை சரியில்லை என்றால் வீட்டிலேயே இருக்கவும்*
- *முகமூடியைப் பயன்படுத்த முடியாத மற்றவர்களிடம் சகிப்புத்தன்மையுடன் இருக்கவும்*

மருத்துவ முகக்கவசத்தை சரியாகப் பயன்படுத்துவது எப்படி

- *முகக்கவசம் அணியும் முன்பு கைகளைச் சுத்தமாகக் கழுவ வேண்டும்*
- *முகக்கவசத்தின் பக்கவாட்டில் உள்ள பட்டையை இழுத்து உங்கள் காதுகளுக்கு பின்னால் கட்டவும். முகக்கவசத்தை உங்கள் கைகளால் தொடுவதைத் தவிர்க்கவும்.*
- *முகக்கவசம் உங்கள் முகத்துடன் இறுக்கமாகப் பொருந்துவதையும், மூக்கு மற்றும் கன்னத்தை மூடியிருப்பதையும் உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளவும்.*
- *முகக்கவசத்தை ஒரே ஒரு முறை மட்டுமே பயன்படுத்தவும்.*
- *முகக்கவசம் ஈரமாகி விட்டாலோ, சாப்பிடும்போது கழற்றினாலோ அதன்பிறகு, புதிய முகக்கவசம் அணியவும்.*
- *நீங்கள் பயன்படுத்திய முகக்கவசத்தை குப்பைத்தொட்டியில் போடவும்.*
- *முகக்கவசத்தை கழற்றிய பிறகு அல்லது அதைத் தொட்டபிறகு கைகளைக் கழுவவும்.*

Norwegian Institute of Public Health

துணியிலான முகக்கவசத்தை சரியாகப் பயன்படுத்துவது எப்படி

- *துணியிலான முகக்கவசத்தை அணிவதற்கு முன்பு கைகளைக் கழுவ வேண்டும்.*
- *துணியிலான முகக்கவசத்தின் பக்கவாட்டில் உள்ள பட்டையை இழுத்து காதின் பின்புறமாகக் கொண்டு வந்து மாட்ட வேண்டும். அவ்வாறு அணியும் போது துணியலான முகக்கவசத்தைத் தொடுவதைத் தவிர்க்கவும்.*
- *துணியிலான முகக்கவசம் உங்கள் முகத்துடன் இறுக்கமாகப் பொருந்துவதையும், மூக்கு மற்றும் கன்னத்தை மூடியிருப்பதையும் உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளவும்.*
- *நீங்கள் பயன்படுத்திய முகக்கவசத்தை குப்பைத்தொட்டியில் போடவும்.*
- *துணியிலான முகக்கவசத்தை கழற்றினாலோ, தொட்டாலோ கைகளைக் கழுவ வேண்டும்.*
- *துணியிலான முகக்கவசத்தை துவைக்கும் வரையில், அதனை மூடப்பட்டிருக்கும் பிளாஸ்டிக் பையில் வைத்திருக்கவும்.*
- *துணியிலான முகக்கவசத்தை ஒவ்வொரு முறையும் பயன்படுத்தும் முன்பு 60 டிகிரி வெப்பநிலையில் உள்ள தண்ணீரில் துவைக்க வேண்டும்.*

முகக்கவசத்தைத் தவறாகப் பயன்படுத்தினால், உங்களுக்கு நோய்த்தொற்றுப் பாதிப்பு ஏற்படுவதற்கான அபாயம் அதிகரிக்கும்

ஒரு முகக்கவசத்தை எப்படிப் பயன்படுத்தக்கூடாது என்பது குறித்த சில விதிமுறைகளை இங்குக் காணலாம்.

- *முகக்கவசத்தை உங்கள் கன்னத்திற்கு நகற்றக்கூடாது.*

- *முகக்கவசத்தை உங்கள் மூக்கிற்குக் கீழ் செல்லும் வரையில் நகற்றக்கூடாது.*

- *முகக்கவசத்தை உங்கள் நெற்றிக்குக் கொண்டு செல்லக்கூடாது.*

- *பட்டையைக் குறுக்கீடாக வைக்கக் கூடாது.*

- கைகளைக் கழுவாமல் முகக்கவசத்தைத் தொடக் கூடாது.
- முகக்கவசத்தை பாதியளவு மூடும் வகையில் அணியக்கூடாது.
- முகக்கவசத்தைக் கையில் எடுத்துச் செல்லக்கூடாது.
- முகக்கவசத்தை அடிக்கடி கழற்றி மாட்டக்கூடாது.