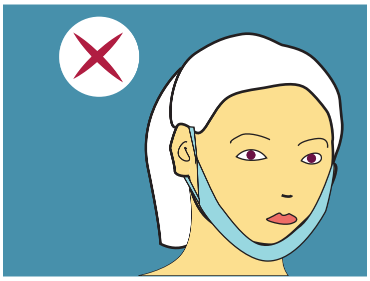
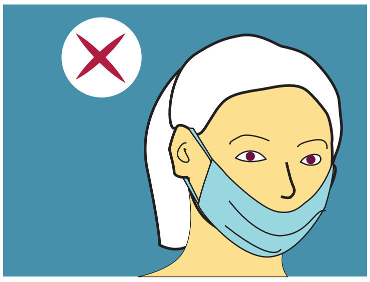
میڈیکل (سرجیکل) ماسک استعمال کرنے کا درست طریقہ

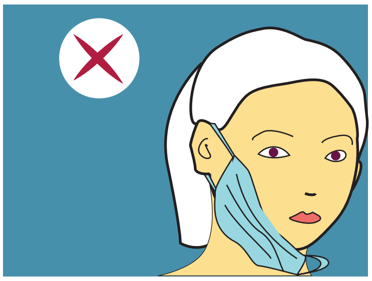
ماسک پہننے سے پہلے اپنے ہاتھ صاف کریں۔
دھیان رکھیں کہ ماسک چہرے پر بالکل فٹ بیٹھتا ہو اور ناک پر ٹھیک طرح چڑھا ہو۔
ٹائپ 1 ماسک پہنیں (ٹائپ 2 ماسک صحت کے اداروں میں استعمال کے لیے مخصوص ہے)۔
ہر ماسک کو صرف ایک دفعہ استعمال کریں۔

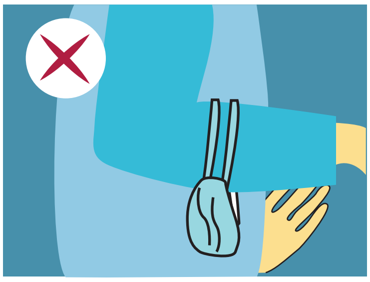
اگر ماسک نم ہو جائے یا اگر آپ کچھ کھانے کے لیے یا کسی اور ضرورت سے ماسک اتاریں تو اگلی بار نیا ماسک پہنیں۔
استعمال شدہ ماسک اتارنے کے ساتھ ہی اسے کوڑے دان میں پھینک دیں۔
ماسک اتارنے یا اسے ہاتھ لگانے کے بعد اپنے ہاتھ صاف کریں۔

یہ نہ کریں:



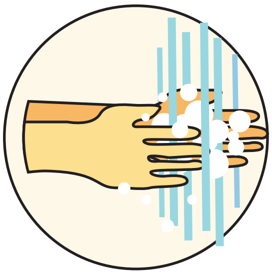




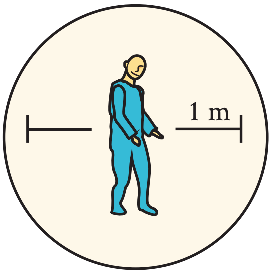


چہرے کا ماسک آپ سے دوسروں کو انفیکشن لگنے کی روک تھام کر سکتا ہے اور خود آپ کو انفیکشن لگنے کا خطرہ کم کر سکتا ہے۔ اگر آپ ماسک کا غلط استعمال کریں تو آپ کو انفیکشن لگنے کا امکان بڑھ جاتا ہے۔

یہ اصول ہمیشہ واجب ہیں، چہرے کا ماسک/ میڈیکل ماسک پہننے کے لیے بھی:



اپنے ہاتھ اچھی طرح اور کثرت سے صاف کریں۔



دوسروں سے خوب فاصلہ رکھیں

اگر آپ بیمار ہوں تو گھر میں رہیں

دوسروں کے لیے تحمّل برتیں۔
کچھ لوگ ماسک پہننے کا انتخاب کرتے ہیں جبکہ کچھ لوگ اسے نہیں پہن سکتے

میڈیکل ماسک کا درست استعمال۔ خاکہ: ناروجن انسٹی ٹیوٹ آف پبلک ہیلتھ