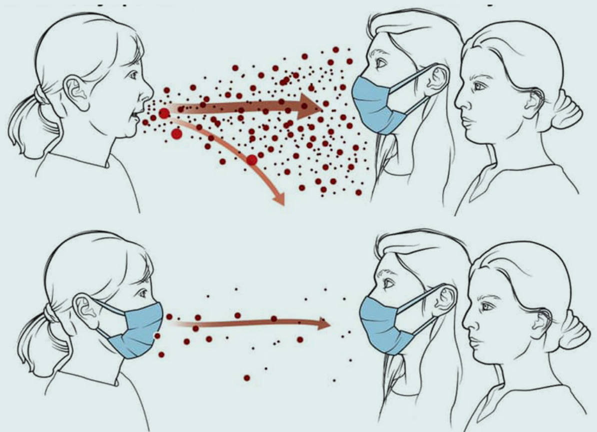
മാസ്ക് എങ്ങനെ ഉപയോഗിക്കണം?



- മാസ്ക് ധരിക്കുന്നതിന് മുമ്പ് കൈകൾ സോപ്പിട്ട് കഴുകണം.
- മാസ്കിന്റെ മുകളിൽ ഒരു കാരണവശാലും തൊടരുത്.
- കെട്ടിയാൽ അഴിക്കുന്നത് വരെ മുഖത്ത് തന്നെ ഉണ്ടാകണം. കഴുത്തിലേക്ക് താഴ്ത്തിയിടരുത്.
- രോഗികൾ ഉള്ള / ഉണ്ടാകാൻ സാധ്യതയുള്ള സ്ഥലത്താണ് പെരുമാറുന്നതെങ്കിൽ ആ സ്ഥലത്ത് നിന്നും പോകുമ്പോൾ മാസ്ക് അവിടെ ഉപേക്ഷിക്കണം.
- മാസ്ക് നനഞ്ഞതായി തോന്നുന്നുണ്ടെങ്കിൽ (തുപ്പൽ കാരണം) അത് ഉപേക്ഷിക്കണം.
- മാസ്ക് ഉപേക്ഷിക്കേണ്ടത് അതിനായി നിർദ്ദേശിക്കപ്പെട്ട സ്ഥലത്തായിരിക്കണം. അവിടെയും ഇവിടെയും വലിച്ചെറിയുന്നത് അപകടവും കുറ്റകരവുമാണ്.
- മാസ്കിന്റെ താഴത്തെ വള്ളിയാണ് ആദ്യം അഴിക്കേണ്ടത്. മുകളിലത്തേത് അഴിച്ചാൽ മാസ്ക് നെഞ്ചത്തേക്ക് വീഴുകയും അവിടം മലിനമാവുകയും ചെയ്യും.
- മാസ്ക് അഴിച്ചുമാറ്റിയ ശേഷവും സോപ്പുപയോഗിച്ച് കൈ കഴുകി വൃത്തിയാക്കുക.
- തുണി മാസ്കുകൾ ധരിച്ച് പുറത്തിറങ്ങി തിരിച്ച് വീട്ടിൽ എത്തിയാൽ വീട്ടിൽ കയറുന്നതിന് മുമ്പ് തന്നെ മാസ്ക് അഴിച്ച് സോപ്പ് / ഡിറ്റർജൻ്റ് ചേർത്ത വെള്ളത്തിൽ മുക്കി വെക്കുക.
- അൽപസമയം കഴിഞ്ഞ് നന്നായി കഴുകി വെയിലത്ത് ഉണക്കുക. അടുത്ത തവണ ഉപയോഗിക്കുന്നതിന് മുമ്പ് ഇസ്തിരി ഇടുകയും കൂടി ചെയ്താൽ നല്ലത്.
- മാസ്ക്, ടവൽ എന്നിവ മറ്റു വസ്ത്രങ്ങളുടെ കൂടെ അല്ലാതെ വേറെ തന്നെ അലക്കുന്നതാണ് നല്ലത്.

!

ഒരു മാസ്കും 100% സുരക്ഷിതത്വം നൽകുന്നില്ല. അതിനാൽ മാസ്ക് കെട്ടിയാൽ എല്ലാമായി എന്നു കരുതരുത്.
ശാരീരിക അകലം പാലിക്കൽ, കൈ കഴുകൽ, തിരക്കുള്ള സ്ഥലങ്ങൾ ഒഴിവാക്കൽ എന്നിവയിൽ ഉപേക്ഷ പാടില്ല.

കേരള ശാസ്ത്രസാഹിത്യ പരിഷത്ത്