

วิธีใช้หน้ากากอนามัย ป้องกันการแพร่เชื้อโรคทางเดินหายใจ



1 ล้างมือให้สะอาดก่อนสวมใส่
หน้ากากอนามัย



2 สวมหน้ากากให้คลุมทั้งจมูกและปาก
โดยให้ขอบที่มีลวดอยู่ด้านบนสนับจมูก
และรอยจีบพับคว่ำลง



5 นอกจากใช้หน้ากากอนามัย
แล้ว ควรหมั่นล้างมือด้วยน้ำ
และสบู่บ่อยๆ โดยเฉพาะ
อย่างยิ่งหลังการไอ จาม
หรือสั่งน้ำมูก



หากหน้ากากชำรุดหรือ
เปราะเปื่อนควรเปลี่ยน
ใช้ชิ้นใหม่

4



3



หน้ากากอนามัยที่ทำด้วยกระดาษ
ควรเปลี่ยนวันละครั้ง และทิ้งในถัง
ขยะที่มีฝาปิด ส่วนหน้ากากที่ทำ
ด้วยผ้าสามารถซักด้วยน้ำและ
ผงซักฟอก ผึ่งแดดให้แห้งแล้ว
นำมาใช้ได้อีก

