

UPORABA ZAŠČITNE MASKE

Nošenje zaščitnih mask je pomemben dodaten ukrep, ki ob upoštevanju ostalih higienskih ukrepov (pravilno kašljanje in kihanje, pravilno umivanje rok, izogibanje dotikanju obraza in sluznic ter vzdrževanje ustrezne oddaljenosti od drugih oseb), prispeva k zmanjšanju širjenja okužbe.

Pri tem je zelo pomembno, da masko pravilno namestimo, nosimo in tudi odstranimo. **Ves čas nošenja maske se oseba ne sme dotikati osrednjega dela maske, saj bi na ta način lahko prišlo do onesnaženja rok in nevarnosti prenosa okužbe na druge osebe.**

Te maske lahko delno zadržijo pot kapljic, ki se sproščajo v okolico ob kašljanju, kihanju in tudi ob govorjenju, in v katerih so lahko prisotni povzročitelji nalezljivih bolezni. Na ta način se do določene mere zmanjša tudi možnost prenosa okužbe na druge osebe. Pomemben pogoj, ki ga je potrebno upoštevati pri uporabi tovrstnih mask je, da jo **pravilno namestimo in se je med nošenjem ne dotikamo.**

NAVODILA ZA PRAVILNO NAMESTITEV MASKE

1. Najprej si dobro umijemo roke z vodo in milom ali razkužimo z razkužilom. <i>To je pomembno zato, da z umazanimi rokami ne zanesemo virusov na površino maske.</i>			
2. Masko, si nadenemo tako, da zanke zatakemo za ušesa. <i>To je pomembno zato, da se ne dotikamo sprednje površine maske.</i>			
3. Masko držimo na nosu, nato pa spodnji del potegnemo čez brado.			

4. Maska je pravilno nameščena, če pokriva usta, nos in brado.	
• Maske se med uporabo <u>ne dotikajte</u>, v primeru dotika si vedno umijte ali razkužite roke! Tako preprečite prenos mikrobov. • Maske <u>nikoli ne nosite pod nosom ali pod brado!</u>	

NAVODILA ZA PRAVILNO ODSTRANJEVANJE MASKE

1. Najprej si dobro umijemo roke z vodo in milom ali razkužimo z razkužilom.	
2. Masko odstranimo tako, da primemo le za ušesne zanke. <i>Maske se nikoli ne dotikajte spredaj!</i> <i>Ob odstranjevanju maske glavo držite naravnost (ne glejte navzdol), s tem preprečite raztros virusov iz površine maske po vaši obleki.</i>	
3. Ponovno si umijemo roke ali jih razkužimo z razkužilom <i>To je pomembno zato, ker se na maski nabira največ virusov in smo se ob odstranjevanju maske morda dotaknili njene površine.</i>	

Nasveti za umivanje rok

— Novi koronavirus SARS-CoV-2 —

1



Roke najprej dobro splaknemo pod toplo tekočo vodo.

2



Z **milom**, ki ga naneseemo po celotni površini rok, si drgnemo roke **1 minuto**, po vseh predelih (dlani, hrbtišča, med prsti, palca in tudi pod nohti obeh rok).

3



Milo dobro speremo z rok s toplo vodo.

4



S papirnato brisačo za enkratno uporabo si roke obrišemo do suhega. Pipo zapremo s papirnato brisačo in pazimo, da se je z umitimi rokami ne dotaknemo več.