

کورونا وائرس: ماسک پہننے کا طریقہ

ماسک کی بہترین اقسام

ماسک کیسے کام کرتے ہیں؟

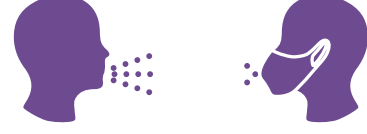
گھریلو ماسک میں سے 100 فیصد کاٹن ماسک وائرس کے سب سے زیادہ ذرات کو روکتے ہیں*۔



اون/بنے ہوئے ماسک کام نہیں کرتے کیونکہ ان میں فاصلہ بہت زیادہ ہوتا ہے۔



سرجیکل ماسک زیادہ تحفظ فراہم کرتے ہیں، لیکن ہمارے صحت اور نگہداشت گھر کے عملے کو ان کی ضرورت ہے۔



جب آپ سانس لیتے ہیں، بولتے ہیں یا کھانستے ہیں تو ماسک وائرس پر مشتمل قطروں کو کم کرنے میں مدد فراہم کرتا ہے۔

...اور آپ کے ناک اور منہ میں ان قطروں کے داخل ہونے کا امکان بھی کم ہوسکتا ہے، اگر صحیح طور پر پہنا ہو۔

*مختلف گھریلو مواد سے ماسک تیار کرنے کے موازنہ کی تحقیق کے مطابق

ماسک کو صحیح طریقے سے کیسے پہننے



ماسک کو ہاتھ نہ لگائیں جب تک آپ اسے گھر پر نکالنے کے لیے تیار نہ ہو۔

ان کو نہ ہٹائیں - لوگوں سے بات کرتے ہوئے - کھانستے / چھینکتے ہوئے

منہ اور ناک پر صاف ماسک رکھیں

ہاتھ دھوئیں

اپنا ماسک اتارنے کے لئے



ہاتھ دھوئیں

کوڑے دان میں پھینکے یا 60° سینٹی گریڈ سے اوپر پر دھوئے

پٹے کے ذریعے ہٹا دیں

ہاتھ دھوئیں

یاد رکھیں

مزید معلومات کے لیے ہماری COVID-19 ریسرچ کی ویب سائٹ



اگر آپ دستانے پہنتے ہیں تو اپنے چہرے یا ماسک کو ہاتھ نہ لگائیں

اور ان کو ہٹانے سے پہلے اور بعد میں اپنے ہاتھ دھو لیجیئے۔

آپ کو

ابھی بھی

2 میٹر کی دوری

رکھنے کی ضرورت ہے



حکومتی ہدایات پر ہر وقت عمل کریں

Public Health England

World Health Organization

برمنگھم یونیورسٹی کے محققین کے تعاون سے تیار کیا گیا۔ ہمیشہ تازہ ترین حکومتی ہدایات پر عمل کریں۔ ملاحظہ کریں مزید اپ ڈیٹس کے لئے



UNIVERSITY OF BIRMINGHAM

Birmingham Health Partners

NHS

University Hospitals Birmingham NHS Foundation Trust

NHS

Birmingham Women's and Children's NHS Foundation Trust