

## Instrukcja prawidłowego zakładania i ściągania maski ochronnej:

- Przed użyciem maseczki dokładnie umyj lub zdezynfekuj ręce.
- Przyłóż maseczkę starannie do twarzy w okolicy ust i nosa i rozłóż ją tak, by dobrze przywierała (bez żadnych szczelin pomiędzy twarzą a maską).
- Jeśli maseczka ma metalowy pasek, spróbuj go zlokalizować i rozmieść na twarzy tak, by środek był w okolicach nosa.
- **Nigdy nie dotykaj maseczki w trakcie jej noszenia.** Jeśli ci się to zdarzy, dokładnie umyj lub zdezynfekuj ręce.
- Wymień maseczkę higieniczną na nową, kiedy stanie się wilgotna.
- Nigdy nie używaj ponownie maseczki ochronnej jednorazowego użytku.
- **Jeśli chcesz zdjąć maseczkę, to bez dotykania przedniej części** chwyć za wiązanie z tyłu i je rozwiąż (jeśli maska zaczepiana jest na uszy, to zacznij po kolei zdejmować każde łączenie).
- Po zdjęciu jednorazowej maseczki od razu umieść ją w koszu na śmieci z zamykaną klapą. **Na koniec zadbaj o higienę rąk, umyj je i zdezynfekuj.**

# Jak prawidłowo nałożyć i zdjąć maseczkę



- 

1 Przed nałożeniem maski **umyj ręce mydłem i wodą** lub  **płynem do dezynfekcji na bazie alkoholu**
- 

2 **Zakryj usta i nos maską** i upewnij się, że między twarzą a maską **nie ma żadnych przerw**
- 

3 **Unikaj dotykania maski podczas jej używania;** jeśli to zrobisz, umyj ręce mydłem i wodą lub płynem do dezynfekcji na bazie alkoholu
- 

4 **Wymień maskę na nową, gdy tylko będzie wilgotna,** nie używaj ponownie masek jednorazowych
- 

5 **Aby zdjąć maskę - chwyć ją od tyłu za wiązanie** (nie dotykaj przodu maski!)
- 

6 **Wyrzuć maseczkę do zamykanego pojemnika;** umyj ręce mydłem i wodą lub płynem do dezynfekcji na bazie alkoholu

 **Nie wrzucaj maseczki do toalety!**

 Ministerstwo Zdrowia 