

## Полезная информация о масках

### Почему люди ходят в масках?

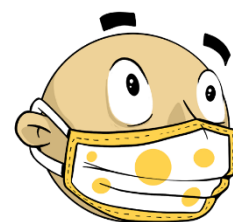
В магазинах и на улице Вы видите людей в масках.

В больницах и поликлиниках врачи и больные люди носят маски.

Так люди защищают себя и окружающих от коронавируса.

Коронавирус – это очень заразная болезнь.

Поэтому Всемирная организация здравоохранения просит всех людей носить защитные маски.



### Где носить защитную маску?

Защитную маску нужно носить там, где много людей:

- в магазине или аптеке
- в вашем Центре или поликлинике
- на работе или в мастерской
- в общественном транспорте



В такие места выходить без маски и перчаток опасно.



## Для чего носить защитную маску?

Маска не защищает Вас полностью от попадания коронавируса в рот и в нос.

Но Ваша маска хорошо защищает других людей. Она задерживает капельки слюны, когда Вы разговариваете или чихаете.

Вы можете быть заражены коронавирусом и при этом чувствовать себя здоровым.

Вы можете даже не знать о том, что передаёте вирус другим людям.

Без маски Вы можете заразить коронавирусом других людей.



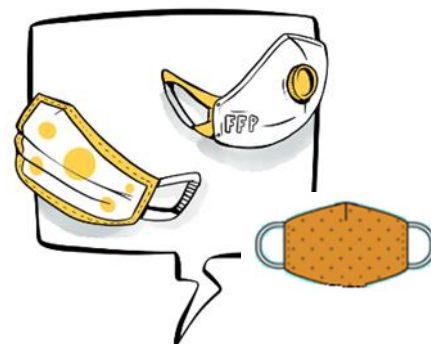
### Помните об основных правилах безопасного общения:

- здоровайтесь словами или кивком головы
- разговаривайте на расстоянии двух шагов друг от друга
- откажитесь от встреч с друзьями
- используйте Вайбер, Скайп, Ватсап для разговора.

### Какие маски бывают?

Защитные маски бывают:

1. Медицинские
2. Специальные
3. Самодельные



1. Медицинская маска предназначена для защиты от инфекций, которые передаются по воздуху.

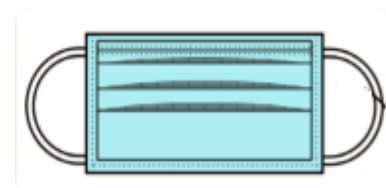
Медицинская маска - это прямоугольник из мягкой специальной ткани.

На маске есть небольшие складки.

Эти складки при надевании расправляются, и маска хорошо закрывает лицо от глаз до шеи.

К маске с двух сторон прикреплены резинки.

Медицинскую маску можно купить в аптеке или в магазине.



2. Специальная маска или респиратор.

Она похожа на маленький противогаз или намордник для собаки.



Вы можете встретить специальные маски с клапаном.

Пример такой маски на рисунке.



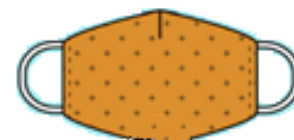
Специальная маска плотно прилегает к лицу.

Она защищает лицо сверху и снизу от попадания грязи и пыли.

3. Самодельные маски – это маски, которые сделаны своими руками.

Вы можете сделать маску дома самостоятельно.

В интернете есть много разных инструкций.



## Что делать с использованными масками?

Медицинские и специальные маски для носа и рта являются одноразовыми.

Это значит, что Вы используете их только один раз.

После использования

Вы их выбрасываете в мусорное ведро.

Самодельную маску можно использовать много раз.

Вы должны стирать её после каждого использования.

Если Вы не стираете маску:

- вирусы могут оставаться в ней, и Вы можете заболеть
- Вы не защищаете других людей от коронавируса.

Маски стирают в стиральной машине

при температуре воды больше, чем 60 градусов.

Лучше всего стирать в горячей воде,

при температуре воды 95 градусов.

## Какие маски защищают Вас лучше?

Медицинские и специальные маски защищают лучше, чем самодельные маски.

Но они будут защищать Вас,

если Вы соблюдаете основные правила:

- безопасное общение
- мытьё рук после возвращения домой.



## Как надеть медицинскую маску?

1. Перед тем, как надеть маску, вымойте руки с мылом.  
Если Вы не можете вымыть руки,  
протрите их специальным средством для обработки рук.
2. Возьмите маску за резинки так,  
чтобы Вы видели белую сторону.  
Голубую сторону маски Вы не будете видеть.
3. Приложите маску белой стороной к лицу,  
где у Вас нос и рот.
4. Растяните резинки и закрепите их за ушами.
5. Отпустите резинки.
6. Растяните складки маски вверх до глаз  
и вниз под бородой.
7. Прижмите маску пальцами:
  - на носу
  - под глазами
  - под подбородком



## Как снять медицинскую маску?

1. Снимите маску с ушей.  
Для этого возьмитесь и потяните за резинки  
в разные стороны.
2. Не прикасайтесь к маске руками,  
когда начинаете её снимать.
3. Выбросьте маску в мусорное ведро.
4. После снятия маски вымойте руки с мылом.

## Правила ношения медицинской маски

1. Маска плотно прилегает к лицу со всех сторон.  
Меняйте маску через 2 часа на новую.



Если маска намочла от кашля, чихания или дыхания, замените её на другую.



2. Не используйте маску второй раз.
3. Не стягивайте маску на подбородок.
4. Не прячьте маску в карман, чтобы снова её надеть.

5. Не трогайте маску руками, когда она у Вас на лице.



6. Даже если Вы носите маску, очень важно:

- хорошо мыть руки с мылом
- держаться на расстоянии от других людей
- меньше встречаться с другими людьми.



**Берегите себя и других людей!**