



কিভাবে আপনার ফ্লুইড রেজিস্ট্যান্ট সার্জিক্যাল মাস্ক পরবেন



একটি মাস্ক পরার আগে এবং পরে সবসময় আপনার হাত ধুয়ে নিন

সঠিক মাস্ক

এই কেন্দ্রে আসা সমস্ত স্বাস্থ্য কর্মী, আগত ব্যক্তি বা রোগীদেরকে সমস্ত প্রবেশপথে ফ্লুইড রেজিস্ট্যান্ট সার্জিক্যাল (FRS) মাস্ক প্রদান করা হয় এবং তা অবশ্যই পরে থাকতে হবে, যদি না আপনার তা না পরার একটি চিকিৎসাগত ছাড় থাকে।

একটি FRS মাস্ক পরার সময়, সবসময় রঙিন দিকটিকে বাইরের দিকে রাখবেন এবং ধাতব ব্যান্ডটিকে আপনার নাকের উপরে রাখবেন।



আপনার ফিট হচ্ছে কি না যাচাই করে নিন

যাচাই করে দেখুন যে, এটি সহজে ফিট হচ্ছে কি না এবং আপনার নাক ও মুখ থেকে শুরু করে নিচে খুতনি পর্যন্ত সম্পূর্ণভাবে ঢেকে রাখছে কি না।

আপনার মুখের চারপাশে, ফাঁস বা বন্ধনীগুলিকে ফাঁক না রেখে শক্ত করে বাঁধুন যাতে এটি ভালোভাবে আটকে থাকে। যদি সুতোগুলি থাকে, ভালোভাবে ফিট হওয়ার জন্য সেগুলিকে মাথার উপরের অংশে ভালোভাবে বাঁধুন। মুখের আবরণটিতে স্পর্শ বা সেটিতে কিছু করবেন না যখন তা পরে আছেন।



করবেন না

FRS মাস্কটি নাকের নিচে পরা।



করবেন না

আপনার খুতনি উন্মুক্ত রাখা।



করবেন না

পাশে ফাঁক রেখে এটি আলগাভাবে পরা।



করবেন না

এমনভাবে পরা যাতে তা শুধু আপনার নাকের শীর্ষকে ঢেকে রাখে।



করবেন না

এটিকে আপনার খুতনির নিচে নামিয়ে গলার কাছে রেখে দেওয়া।



নিরাপদ থাকার জন্য এই পরামর্শগুলি মেনে চলুন:

আপনার FRS মাস্ক ধরার আগে এবং পরে সবসময় আপনার হাত ধুয়ে নিন।

আপনার FRS মাস্ক নোংরা, ভেজা বা ক্ষতিগ্রস্ত হলে, সবসময় তা বদলে নিন।

অব্যবহৃত FRS মাস্কগুলিকে একটি মুখ বন্ধ পরিষ্কার ওয়াটারপ্রুফ ব্যাগ, যেমন একটি জিপলকে ভরে নিজের সাথে রাখুন।

ব্যবহৃত FRS মাস্কগুলিকে রাখার জন্য একই ধরনের একটি ব্যাগ সাথে রাখুন।

নিরাপদে খোলা

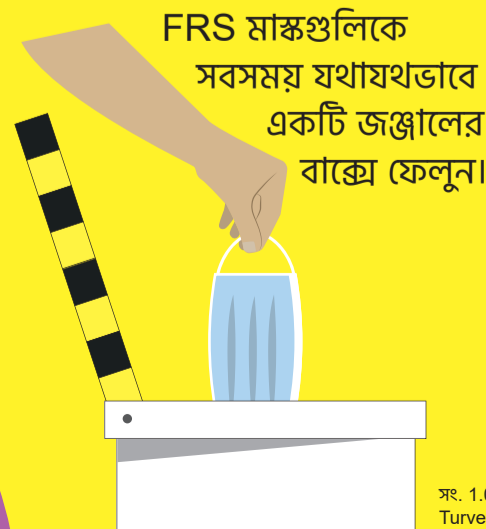


FRS মাস্ক খোলার জন্য কানের ফিতে বা বন্ধনী ব্যবহার করুন।

আপনার মাস্কের সামনের অংশ স্পর্শ করবেন না যখন আপনি তা খুলে রাখবেন।



FRS মাস্ক ফেলা



সবসময় আপনার হাত পরিষ্কার করার কথা ভুলবেন না...



... এবং সামাজিক দূরত্ব বজায় রাখুন।

