



طرز پوشیدن ماسک صورت

How to wear a face mask – Dari

There are two types of face masks you can use: cloth masks and surgical masks. Cloth masks are made of washable fabric and can be re-used.

دو نوع ماسک صورت برای استفاده شما وجود دارد: ماسک های پارچه ای و ماسک های جراحی. ماسک های پارچه ای از پارچه های قابل شستشو ساخته شده و دوباره می تواند استفاده شود.

برای معلومات بیشتر به DHHS ویکتوریا - پوشاندن صورت - 11.59 شب، چهارشنبه 22 جولای.


<<https://www.dhhs.vic.gov.au/face-masks-covid-19>> مراجعه کنید.

پوشیدن ماسک صورت یک مانع فیزیکی اضافی در مقابل کورونا ویروس (کووید - 19) می سازد و از شما و جامعه شما حفاظت می کند.




اگر ماسک صورت در دسترس نیست، ممکن است از شکل های دیگری از پوشش صورت مانند دستمال یا سربند استفاده شود


قبل از پوشیدن ماسک، دست های خود را بشویید.



دقت کنید که ماسک بینی و دهان شما را بپوشاند. باید به طور راحت در زیر زنج، بالای پل بینی و در هر دو طرف روی شما قرار گیرد.




هنگامی که ماسک را پوشیده اید به قسمت پیشروی آن دست نزنید. اگر به ماسک دست زدید دست های خود را فوراً بشویید یا ضد عفونی کنید. نگذارید ماسک در دور گردن شما آویزان شود.



برای برداشتن ماسک اول دست های خود را بشویید یا ضد عفونی کنید.


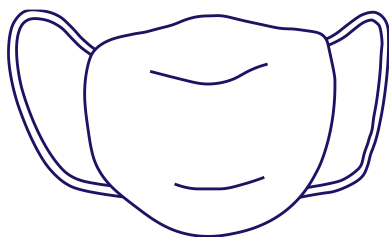
ماسک را با گرفتن از حلقه های گوش یا باز کردن بندها با احتیاط بردارید. ماسک هایی که دو بند دارد اول بند پایین بعد بند بالایی را باز کنید.



اگر ماسک شما فیلتر دارد، آنها را بردارید و دور بیندازید. ماسک را قات کرده و مستقیم در لباسشویی یا در یک خریطه یکبار مصرف یا خریطه قابل شستشو بگذارید تا شسته شود. ماسک جراحی یکبار مصرف را با احساس مسئولیت در زباله دانی بیندازید.

بعد از برداشتن ماسک، دست های خود را بشویید یا ضد عفونی کنید.

پوشش های صورت پارچه ای را هر روز در آب داغ (60 درجه سانتیگراد) با صابون یا مواد شوینده لباسشویی بشویید. از ماسک صورت طور مشترک با دیگر افراد استفاده نکنید

کاری که شما باید بکنید

- دست های خود را زود زود بشویید
- 1.5 متر از دیگران فاصله بگیرید
- آزمایش شوید، حتی اگر علائم خفیف دارید
- اگر احساس مریضی می کنید در خانه بمانید.

To receive this document in another format [email Public Health branch](mailto:public.health@dhhs.vic.gov.au) <public.health@dhhs.vic.gov.au>

Authorised and published by the Victorian Government, 1 Treasury Place, Melbourne.

© State of Victoria, Australia, Department of Health and Human Services, 24 July 2020.

Available at [DHHS.vic - Coronavirus \(COVID-19\)](https://www.dhhs.vic.gov.au/coronavirus) <https://www.dhhs.vic.gov.au/coronavirus>



Health and Human Services