

# КАК ПРАВИЛЬНО ПОЛЬЗОВАТЬСЯ МЕДИЦИНСКОЙ МАСКОЙ



Если не соблюдать правила – риск инфицирования возрастает

**1** Надевать маску нужно цветной стороной наружу

Если маска стала влажной, то нужно немедленно сменить ее на новую, сухую

**5**

**2** Закрепите маску так, чтобы она плотно закрывала нос и подбородок

Использованную маску необходимо сразу выбросить в мусорное ведро

**6**

**3** Меняйте маску каждые 2-4 часа

Не кладите использованную маску в карман или сумку

**7**

**4** Снимать маску можно только за ушные петельки. Если затронута поверхность, то тщательно помойте руки с мылом

После ухода за больным, маску нужно снять и сразу выбросить не надевайте ее повторно

**8**



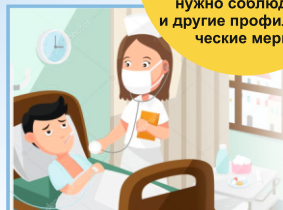
## ГДЕ НУЖНО НАДЕВАТЬ МАСКУ



При общении с людьми, у которых кашель, чихание и насморк



В местах массового скопления людей



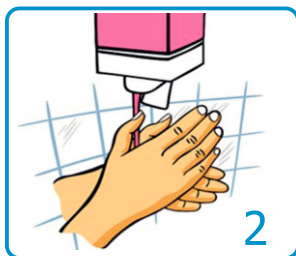
При уходе за больным

**ВАЖНО!**  
Медицинская маска не может обеспечить полной защиты от заболевания. Чтобы не заразиться, нужно соблюдать и другие профилактические меры

# КАК ПРАВИЛЬНО МЫТЬ РУКИ ВОДОЙ С МЫЛОМ



Увлажните руки под струей воды



Нанесите моющее средство на ладони, разотрите до вспенивания



Распределите моющее средство по поверхности рук



Промойте зоны между пальцами



Возьмите руки «в замок» и потрите тыльной стороной согнутых пальцев по ладони другой руки



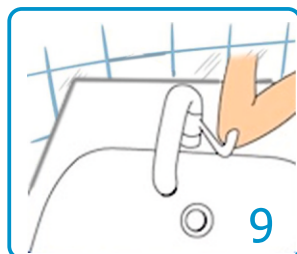
Поочередно круговыми движениями потрите большие пальцы руки



Тщательно промойте кончики пальцев рук и ногти



Смойте водой и тщательно вытрите руки бумажным полотенцем



Закройте кран локтем (если такого приспособления нет, используйте бумажное полотенце, чтобы закрыть кран)



**Руки необходимо мыть не менее 40-60 секунд.**