

गलत तरीके से मास्क पहनना, नहीं पहनने के बराबर

क्या न करें मास्क पहनते समय इन 5 गलतियों से बचें

मास्क को इस तरह न पहनें कि नाक का हिस्सा खुला ही रह जाए।



मास्क इस तरह भी न पहनें कि टुड्डी (चिन) दिखे। यह पूरी ढंकी हो।



चेहरे पर मास्क इतना ढीला नहीं होना चाहिए कि दाईं और बाईं तरफ गैप रहे और यह नीचे से झूलता रहे। ऐसे में दूसरों की छींक या खांसी से निकले बारीक कण मुंह-नाक में प्रवेश कर सकते हैं।

मास्क इस तरह न पहनें कि उससे सिर्फ आधी नाक यानी नथुने ही ढंके।



मास्क को मुंह या टुड्डी से हटाकर गले पर न रखें। यह जोखिमभरा है।



क्या करें मास्क पहनने का यही तरीका सबसे बेहतर



मास्क इस तरह पहनें कि यह नाक के ऊपरी हिस्से से टुड्डी के नीचे तक के हिस्से को ढंके। इसे इस तरह बांधा जाए कि यह चेहरे पर आरामदायक रूप से कसा रहे। बाईं या दाईं ओर भी कोई गैप न रहे।

मास्क पहनने के बाद इन बातों का पालन भी जरूरी है

- मल्टी के लोग मास्क पहनकर ही प्लैट से बाहर आएंगे। लिफ्ट-सीढ़ी जैसी जगह संक्रमित हो सकती हैं।
- मास्क पहनने से पहले-बाद में साबुन से हाथ धोएं। फंदों से बांधें-खोलें। मुख्य भाग न छुएं।