

## ПРАВИЛА НОШЕНИЯ МЕДИЦИНСКОЙ МАСКИ В ПЕРИОД СЕЗОННОГО ПОДЪЕМА ГРИППА И ОРВИ

Маска должна быть надежно закреплена.  
При наличии завязок на маске их следует крепко завязать. При наличии вшитого крепления в области носа, его следует плотно пригнуть по спинке носа.

Маска должна плотно прилегать к лицу, закрывая не только рот, заходя за подбородок, но и нос.

При наличии специальных складок на маске их необходимо развернуть, придав маске более функциональную форму для плотного прилегания к лицу.

Менять маску на новую чистую и сухую – не реже чем через 2 часа или чаще – как только используемая маска станет сырой/влажной.

При использовании маски необходимо избегать прикосновений к ней



Многоразовая маска после использования стирается и проглаживается утюгом с обеих сторон.

Одноразовые маски повторно не используются – их необходимо выбрасывать в урну!



Использование маски снижает передачу вирусов от человека к человеку, защищает от вдыхания вируса с капельками слизи, выделяемыми при разговоре, чихании или кашле.

### Маска необходима если Вы:

- находитесь в месте массового скопления людей;
- в общественном транспорте;
- в помещении, где есть больной человек;
- ухаживаете за больным ОРВИ или гриппом.



### Нецелесообразно носить маску на открытом воздухе.

Во время пребывания на улице полезно дышать свежим воздухом.

### Особое значение имеет чистота рук при использовании маски!

Тщательно мыть руки с мылом или обрабатывать их спиртосодержащим средством следует:

- после снятия маски или ее замены;
- если Вы коснулись маски или поправляли ее;
- если ухаживаете за больным ОРВИ или гриппом – после окончания контакта с ним.

