

Hãy đeo khẩu trang đúng cách để cùng nhau bảo vệ những người thân quan trọng của mình tránh khỏi sự nguy hiểm của việc lây nhiễm corona.

► Lý do quan trọng cần phải đeo khẩu trang đúng cách

Gần đây, chúng tôi nhận thấy rằng ở khắp mọi nơi trên Nhật Bản việc lây nhiễm Corona đang có xu hướng lan rộng ra một lần nữa. Có những báo cáo về việc di chứng để lại sau khi điều trị bệnh xong cũng đã được đưa ra, nên dù có nói là đã chữa khỏi bệnh hoàn toàn đi chăng nữa thì vẫn không thể yên tâm được. Không chỉ bản thân mình mà để có thể bảo vệ những người bạn quan trọng và gia đình của mình, hãy đeo khẩu trang đúng cách để cùng phòng chống sự lây nhiễm qua các dịch tiết ra từ cơ thể. Để có thể vận dụng một cách tối đa hiệu quả của việc đeo khẩu trang thì việc đeo khẩu trang đúng bằng cách giảm thiểu tối đa khoảng cách giữa mặt và khẩu trang là rất quan trọng.

► Cách đeo khẩu trang đúng cách

Đầu tiên, khoảng cách chỗ khe hở giữa mặt và khẩu trang thì hãy hạn chế tối đa để có khoảng cách nhỏ nhất. Hãy có nhận thức triệt để về việc đeo khẩu trang vừa khít vào với mặt.

① Trước khi đeo khẩu trang thì hãy rửa tay cẩn thận.

Tay thì có khả năng rất cao về việc lây nhiễm virus, vi khuẩn. Trong khi sờ vào khẩu trang thì điều kiện cần thiết là phải có mặt bàn tay sạch sẽ.

Rửa tay và ngón tay một cách cẩn thận trong vòng 30 giây với xà phòng và dưới vòi nước, rồi mới chạm vào khẩu trang.

② Xác nhận mặt trước và mặt sau của khẩu trang

Mặt trước và mặt sau của khẩu trang thì tùy thuộc vào hãng sản xuất mà sẽ có sự khác nhau, tuy nhiên thông thường thì mặt phía ngoài của khẩu trang là mặt có đường gấp (nếp gấp) sụp xuống.

Mặt có màu là mặt phía trong, hay mặt mà có gắn dây đeo khẩu trang thì là mặt phía trong. Ở trên hộp thì cũng được ghi nên hãy xác nhận.

③ Vừa điều chỉnh vừa uốn cong dây thanh kim loại ở mũi

Hãy chú ý đừng bẻ cong mạnh quá thành gấp đôi thanh kim loại. Hãy chú ý gấp thành hình chữ W mềm. Không chỉ riêng thanh kim loại mà còn cần phải uốn cong hay điều chỉnh thật cẩn đối phần vải che khuôn mặt của khẩu trang. (chính vì thế mà khẩu trang có thể vừa với mặt hơn nữa) Nếu như uốn cong quá thành hình tam giác thì có khả năng sẽ bị hở nên hãy chú ý.

④ Để thanh kim loại ở mũi lên phía trên. Vừa căn chỉnh đúng với miệng rồi đeo lên 2 tai.

Để thanh kim loại lên mũi và chỉnh phù hợp với hình dáng của mũi, kéo nếp gấp xuống và giãn rộng ra sao cho phần dưới phủ xuống toàn bộ đến cằm. Cố gắng để không tạo độ hở và để đường viền khẩu trang ôm sát vào mặt. Sợi tóc hay râu thì đều tạo thành khe hở giữa khẩu trang nên hãy chú ý đừng để bị kẹp hay bị vướng vào.

⑤ Kiểm tra một lần cuối xem có bị hở hay có vừa khít với mặt hay không

► Cách tháo khẩu trang đúng cách

① Cầm lấy dây đeo khẩu trang rồi tháo ra. Khẩu trang sau khi sử dụng xong thì có khả năng đã dính vi rút. Chính vì vậy khi tháo khẩu trang thì đừng chạm vào phần bề mặt ngoài của khẩu trang mà hãy cầm phần dây đeo.

② Khẩu trang sau khi dùng xong thì cho vào túi bóng, đóng miệng túi lại rồi mới vứt đi.

③ Hãy rửa tay thật kỹ lại với xà phòng

Khoảng cách giữa mũi và khẩu trang có bị hở hay không.

Khoảng cách giữa má và khẩu trang có khít hay không.

Có che kín toàn bộ cho đến cả phần cằm hay không.

Đặc biệt, hãy chú ý và kiểm tra 3 điểm trên nhé.