

مراکز کنترل و پیشگیری از بیماری - با علامت اختصاری (CDC) (سی دی سی) پوشش صورت با پارچهء ساده در اماکن عموم را توصیه می کند

در حالی که حفظ فاصله اجتماعی برای کند شدن گسترش ویروس کرونا مهم است ، مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری (CDC) (سی دی سی) اکنون به افراد توصیه می کند در اماکن عمومی ، مانند فروشگاه مواد غذایی وقتی که حفظ فاصله اجتماعی شش فوت تقریبا ۲ متر امکان پذیر نباشد، پوشش صورت با پارچهء ساده استفاده نمایند.

در صورتیکه شما به ویروس کرونا آلوده بوده اما علائمی ندارید، این نوع پوشش صورت با پارچهء ساده برای محافظت از افراد اطراف شما میباشد.

پوشش صورت با پارچهء ساده برای محافظت از شخصی که آن را پوشیده است، نیست.

چرا پوشش صورت توصیه می شود

از آنجا که تحقیقات نشان می دهد بسیاری از مبتلایان به ویروس کرونا علائمی ندارند ، می توانند این بیماری را بدون اطلاع از ان ، به افراد دیگر منتقل کنند. این بدان معنی است که

ویروس می تواند در صورت تماس نزدیک با دیگران - به عنوان مثال هنگام صحبت کردن ، سرفه یا عطسه - حتی اگر علائمی را نشان ندهد ، گسترش پیدا کند.

بنابراین ، CDC (سی دی سی) در حال حاضر توصیه می کند در اماکن عمومی ، وقتی که حفظ فاصله اجتماعی شش فوت تقریباً ۲ متر دشوار است ، از پارچهء ساده برای پوشاندن صورت استفاده کنید.

این پوشش صورت یک اقدام اضافی است که همه باید برای کاهش انتشار ویروس کرونا انجام دهند.

پوشش صورت به معنا نادیده گرفتن موارد ذیل نمی باشد:

- فاصله اجتماعی شش فوت تقریباً ۲ متر را حفظ نمایند
- مرتباً دستان خود را بشوید
- هنگام سرفه و عطسه های جلوی دهان و بینی را بپوشانید.

نحوه ساخت پوشش صورت با پارچهء ساده
شما می توانید با استفاده از چیزهای رایج در خانه ، مانند پیراهن، تی شرت و باندهای

لاستیکی ، پوشش صورت با پارچهء ساده را تهیه نمایید.

لینک موجود در صفحه، دستورالعمل نحوه ساخت پوشش صورت با پارچهء ساده را نشان میدهد.

از آنجا که با کمبود ماسک های جراحی و N95 (ان ۹۵) مواجه میباشیم ، CDC (سی دی سی) همچنان توصیه می کند که این ماسک ها را برای استفاده پرستاران ، پزشکان و سایر پاسخ دهندگان که در خط اول پزشکی میباشند، محفوظ نمایید.

نحوه پوشیدن پوشش صورت با پارچهء ساده
پوشش صورت با پارچهء ساده باید:

۱. راحت و متناسب با فرم صورت، بشکلی که کنارهای صورت را کاملاً پوشانده باشد
۲. مطمئن شوید با بند یا نوار لاستیکی بدون گوش بشکل محکم بسته شده باشد
۳. شامل چندین لایه پارچه باشد
۴. اجازه تنفس بدون محدودیت را بدهد
۵. قابلیت شستشو و خشک شدن بدون آسیب و تغییر شکل باشد

هنگام برداشتن پوشش صورت با پارچهء ساده ، مراقب باشید که به چشم ، بینی و دهان خود دست

نزنید. دستان خود را بلافاصله پس از برداشتن بشویید.

بسته به میزان استفاده مکرر شما از پوشش صورت ، باید به طور مرتب شسته شود. برای این کار می تواند از ماشین لباسشویی استفاده نمایید.

چه کسی نباید از پوشش صورت با پارچهء ساده استفاده نماید:

پوشش صورت را نباید

- روی صورت کودکان کمتر از 2 سال قرار داد
- کسی که مشکل تنفس داشته باشد
- کسی که بیهوش باشد .
- کسی که ناتوانی جسمی دارد و به تنهای قادر به برداشتن پوشش صورت نیست