



Kuvaa kisetiri ya uso iliyo tengenezwa nyumbani

Hii kisereti ya uso iliyotengenezwa nyumbani ilitengenezwa na mjitoleaji na haija jaribiwa kwa ubora. Sio mbadala ya kisetiriya uso ya matibabu. Visetiri vya uso ziliyo tengenezwa nyumbani havikuthibitishwa kukulinda kutoka kwa virusi na lazima vitumike pamoja na umbali wa mwili na kunawa mikono. Visetiri vya uso ziliyotengenezwa nyumbani hazipaswi kuwekwa kwa watoto chini ya miaka 2.

Habari juu ya visetiri vya uso ziliyotengenezwa nyumbani

- visetiri zisizo za matibabu zinaweza kusaidia kuwalinda wengine karibu nawe
- Wanatoa kinga zaidi, hasa wakati umbali wa mwili ni ngumu kudumisha
- Kuvaa kisetiri ya uso isiyokuwa ya matibabu SI mbadala ya umbali wa mwili, kunawa mikono, naku angalia afya yako
- Kuvaa kisetiri ya uso isiyokuwa ya matibabu inaweza kuongeza hatari yako ya maambukizo ikiwa utagusa uso wako mara kwa mara

Jinsi ya kujivika kisetiri yako ya uso ilio tengenezwa nyumbani

Sehemu ya inje ya kisetiri yako inaweza ku chafuliwa na vidudu wakati unaivaa na inaweza kuongeza hatari yako ya kuambukizwa ikiwa utagusa uso wako sana.

1. Hakikisha kisetiri ni safi na kavu.
2. Osha mikono yako na maji ya joto na sabuni kwa angalau sekunde 20 kabla ya kugusa kisetiri. Ikiwa kuosha mikono yako haiwezekani, tumia sanitizer ya mikono na msingi wa alkoholi wa chini ya 60%.
3. Hakikisha nywele zako ziko mbali na uso wako.
4. Weka kifuniko cha uso juu ya pua na mdomo wako na ui ambatishe kwa kichwa chako au masikio uki tumia viungo vyake au elastiki.
5. Ikiwa ni lazima, irekisha ili pua na mdomo wako ufunikwe kabisa. Kisereti ya uso ni lazima kirekebishwe visuri kwenye mashavu yako na haipaswi kuwa na mashimo.
6. Osha mikono yako tena, kama vile ulivyofanya kabla ya kuweka kisereti.

MUHIMU: Wakati unavaa kisereti yako, ni muhimu kuto kugusa uso wako. Ikiwa utagusa kisereti yako au uso wako, unapaswa kuosha mikono yako mara moja na maji ya joto na sabuni kwa angalau sekunde 20. Unaweza pia kutumia sanitizer ya mkono na msingi wa chini wa 60% wa alkoholi.

Jinsi ya kuondoa kisereti yako iliyotengenezwa nyumbani

1. Osha mikono yako na maji ya joto na sabuni kwa angalau sekunde 20. Ikiwa kuosha mikono yako haiwezekani, tumia sanitizer ya mikono na msingi wa alkoholi wa chini ya 60%.
2. Ondoa kisereti ya uso Kwaku ondoa mahusiano ambayo ameshikilia. Jaribu kutogusa mbele ya kisereti wakati wa kuiondoa.
3. Ikiwa uko nje kwa umma, weka kisereti hiyo katika mfuko wa plastiki kwa muda. Hakikisha unafunga au funga muhuri wa begi wakati unaihifadhi.
4. Osha mikono yako kwa sekunde 20 au usafishe ikiwa kuosha mikono haiwezekani.
5. Ikiwa unapanga kutumia tena kisereti, hakikisha uiosha kabla ya kuivaa tena. Inaweza kuoshwa na maji ya moto, yenye sabuni, au inaweza kuoshwa na nguo nyingine.