

கொரோனா வைரசு நோய் (COVID-19)

மருத்துவமல்லாத முகமூடிகளும் முகக் கவசங்களும்

மருத்தவமல்லாத முகமூடிகளை அல்லது முகக் கவசங்களை அணிவது உம்மைச் சுற்றியுள்ள ஏனையோரை, குறிப்பாக பௌதிக இடைவெளி சவாலாக இருக்கும் போது (உதாரணமாக பொதுப் போக்குவரத்தில், கடைக்குச் செல்லும் போது) பாதுகாக்க மேலும் ஒரு வழியாகலாம். நீர் முகமூடிகளையும் முகக் கவசங்களையும் அணிவதைக் கருத்திற் கொள்ளும் போது, அவை யாது செய்கின்றன என்பதற்கும் அதனைப் பாதுகாப்பாக அணியும் முறைக்குமான சில குறிப்புக்கள் இதோ.

உமக்கு அல்லது ஒரு வீட்டு உறுப்பினருக்கு COVID-19 நோயறிகுறிகள் இருந்தால் அல்லது இருப்பதாகச் சந்தேகிக்கப்பட்டால், [தனிமைப்படுத்துக்கான வழிகாட்டியைப்](#) பின்பற்று.

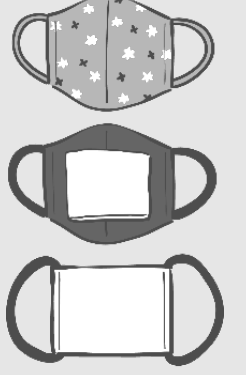
ஏன் ஒரு மருத்துவமல்லாத முகமூடியை அல்லது முக மூடலைப் பயன்படுத்த வேண்டும்

- COVID-19 சில நோயறிகுறிகளைக் கொண்ட அல்லது நோயறிகுறிகளற்ற, தாம் தொற்றுக்குள்ளாகி இருக்கலாமென அறியாதிருக்கும் தொற்றுக்குள்ளான ஆட்களாற் பரவலாம்.
- ஒரு மருத்தவமல்லாத முகமூடி அல்லது முகக் கவசம் உங்களது கிருமித் தொற்றுத் துளிகளை விட்டும் ஏனையோரைப் பாதுகாக்கும் நோக்கிலானது.
- அது ஏனையோரின் துளிகள் உங்களது வாயில் அல்லது மூக்கில் வந்து சேர்வதையும் தடுக்கலாம்.
- COVID-19 காணப்படும் இடங்களிலும் பொதுப் போக்குவரத்து, சிறு பலசரக்குக் கடைகள் அல்லது மருந்தகங்கள் போன்ற [பௌதிக இடைவெளி](#) சாத்தியமற்ற இடங்களிலும் அதனை அணிவதைக் கருத்திற் கொள்ளுங்கள்.



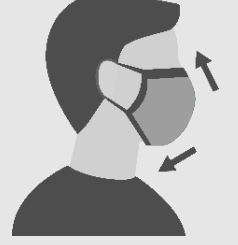
நான் எத்தகைய மருத்துவமல்லாத முகமூடியை அல்லது முகக் கவசத்தைப் பயன்படுத்த வேண்டும்

- குறிப்பான வடிவம் அல்லது மூலப்பொருள் எதுவும் மற்றதை விடச் சிறந்ததென அறியப்படவில்லை.
- கனடாவின் பொதுச் சுகாதார முகவரகம் துணி முகமூடிகளைச் செய்யும் முறைக்கு வழிகாட்டுகிறது.
- ஒவ்வொரு துணி முகமூடியும் குறைந்த பட்சம் இரு படைகளைக் கொண்டிருப்பதையும் வடிவம் மாறாமல் அல்லது சிதையாமல் பிள்டவை கழுவலாம் என்பதையும் உறுதி செய்து கொள்ளுங்கள்.
- இரண்டு வயதுக்குக் கீழ்ப்பட்ட சிறுவர்களுக்கு அல்லது மருத்துவ நிலைமைகள் போன்றவற்றின் காரணமாக அதனை அணிய முடியாதோருக்கு அல்லது முறையாக அணிய / அகற்ற முடியாதோருக்கு வழங்க வேண்டாம்.



ஒரு மருத்துவமல்லாத முகமூடியை அல்லது முக மூடலைப் அணியும் முறை

- சவர்க்காரமும் நீரும் அல்லது மதுசார அடிப்படையிலான கைத் துப்புரவாக்கியைக் கொண்டு குறைந்த பட்சம் 15 நிமிடங்களுக்கு உங்களது கைகளைத் துப்புரவாக்குங்கள்.
- அது மூக்கையும் வாயையும், அஃதாவது கண்களுக்குக் கீழே இருந்து நாடி வரைக்கும் மூடுமளவுக்கு நெருங்கிப் பொருந்துவதை (முகமூடிக்கும் முகத்துக்கும் இடையில் இடைவெளி இல்லை) உறுதி செய்து கொள்ளுங்கள்.
- அது சௌகரியமாக இருப்பதற்காகவும் சுவாசத்துக்கும் பார்வைக்கும் இடையூறு விளைவிக்காமலும் இருக்க அதனைக் கட்டி அல்லது காதிற் செருகிப் பாதுகாப்பாக்குங்கள்.
- முகமூடியை அல்லது முகக் கவசத்தை அணியும் போது அதன் முற்பகுதியைத் தொடுவதைத் தீவிருங்கள் – நீங்கள் அவ்வாறு செய்தால், உங்களது கைகளை உடனடியாகத் துப்புரவாக்குங்கள்.
- சௌகரியமாக இருக்கும் வரைக்கும் அதனை அணியுங்கள், அது அழுக்கானதும், ஈரலிப்பானதும், சேதமடைந்ததும் அல்லது அதனூடாகச் சுவாசிப்பது கடினமானதும் அதனை அகற்றுங்கள்.
- உங்களது முகமூடியை ஏனையோருடன் பகிர்ந்து கொள்ள வேண்டாம்.



துப்புரவாக்கக்கூடிய மருத்துவமல்லாத முகமூடிகளை அல்லது முகக் கவசங்களை அகற்றிப் பராமரிக்கும் முறை

- பட்டிகளை மட்டும் கழற்றி நேரடியாகச் சலவையில் இடுவதன் மூலம் கவனமாக அகற்றுங்கள்.
- நீங்கள் கழுவ முன்னர் அதனை மீண்டும் பயன்படுத்த வேண்டுமானால், முகமூடியின் முற்பகுதியைத் தொடுவதைத் தவிர்ப்பதற்காக முற்பகுதி உள் நோக்கி மடிவதை உறுதி செய்து கொள்ளுங்கள். காகிதப் பை போன்ற அதற்குரிய பையிலேயே அதனை வைத்திருங்கள்.
- சவர்க்காரமும் நீரும் அல்லது மதுசார அடிப்படையிலான கைத் துப்புரவாக்கியைக் கொண்டு குறைந்த பட்சம் 15 நிமிடங்களுக்கு உங்களது கைகளை உடனடியாகத் துப்புரவாக்குங்கள்.
- வெந்நீரும் வழமையான அழுக்ககற்றியும் கொண்டு இயந்திரத்திற் கழுவுங்கள், அது எந்த வைரசையும் கொல்ல வேண்டும்.
- [சுகாதார அமைச்சு](#) மருத்துவமல்லாத முகமூடிகளும் முகக் கவசங்களும் பாவிப்பதையும் அவற்றைப் பராமரிப்பதையும் பற்றி மேலும் தகவல்களைக் கொண்டுள்ளது.

குறிப்பு

- மருத்துவமல்லாத முகமூடிகளும் முகக் கவசங்களும் வைரசுப் பகுதிகளுக்கு எதிராக, விசேடமாக அவை ஒழுங்காகப் பொருந்தாவிடின், முழுமையான பாதுகாப்பை வழங்காதிருக்கலாம்.
- அவை அங்கீகரிக்கப்பட்ட நியமங்களின் படி சோதிக்கப்படவில்லை என்பதால், அவற்றின் வினைத்திறன் மாறுபடலாம்.

இந்த ஆவணத்திலுள்ள தகவல்கள் 2020 மே 21 அன்று நடப்பிலுள்ளவை

© ஒன்றாறியோவுக்கான இராணியின் அச்சகர், 2020

Ontario 