

SPRÁVNE POUŽITIE TVÁROVÉHO RÚŠKA

TVÁROVÉ RÚŠKO

- chráni okolie pred vírusmi (bariérová ochrana pred kvapôčkovou nákazou),
- znižuje riziko rozptylu infekčných kvapôčok pri kýchaní alebo kašľaní do okolia.

NASADZOVANIE TVÁROVÉHO RÚŠKA

<p>1</p>  <p>Umyte si alebo dezinfikujte ruky</p>	<p>2</p>  <p>Z krabice vyberte rúško</p>	<p>3</p>  <p>Uchopte rúško prednou stranou od seba</p>
<p>4</p>  <p>Odtiahnite hornú a dolnú časť rúška</p>	<p>5</p>  <p>Priložte rúško na nos a ústa</p>	<p>6</p>  <p>Vyformujte spevnenú časť okolo nosa</p>
<p>7</p>  <p>Zaviažte horné šnúrky. Šnúrky musia viesť nad ušami</p>	<p>8</p>  <p>Zaviažte spodné šnúrky. Šnúrky musia viesť pod ušami</p>	<p>9</p>  <p>Teraz je rúško správne nasadené</p>

ODKLADANIE / ODSTRÁŇOVANIE TVÁROVÉHO RÚŠKA

<p>1</p>  <p>Umyte si alebo dezinfikujte ruky</p>	<p>2</p>  <p>Rozviažte vopred spodné šnúrky a následne horné</p>	<p>3</p>  <p>Odstráňte rúško odtiahnutím od tváre</p>
<p>4</p>  <p>Rúško odhodte na určené miesto, resp. vložte do plastového vrečka a vyhodte do komunálneho odpadu</p>	<p>5</p>  <p>Umyte si alebo dezinfikujte ruky</p>	<p>POZOR</p> <p>Jednorazové rúško nepoužívajte opakovane!</p>

Zdroj obrázkov: Royal Australian College of General Practitioners (RACGP)