

สวมใส่หน้ากากอนามัย

รับมือสถานการณ์

INFLUENZA



PM
2.5

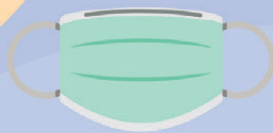
ใช้หวัดใหญ่ + ฝุ่นละออง

วิธีใส่หน้ากากอนามัย



1

ล้างมือก่อนสวม
หน้ากากอนามัยทุกครั้ง



2

ให้ด้านผ้าสีเขียวอยู่ด้านนอก
ดึงสายรัดทั้ง 2 ข้าง
คล้องบริเวณหูให้พอดี



3

กดโลหะบนหน้ากาก
ให้แนบสนิทกับสันจมูก
และดึงให้คลุม
จมูก ปาก และคาง





Prevent
& Protect

ป่วยก็เพียงป้องกัน

ผศ. นพ.กำธร มาลาธรรม
งานป้องกันและควบคุมการติดเชื้อ
คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี
มหาวิทยาลัยมหิดล



วิธีถอดหน้ากากอนามัย

1 ล้างมือก่อน/หลัง
ถอดหน้ากากอนามัยทุกครั้ง

2 ใช้มือ 2 ข้างจับสายรัดหู
ดึงหน้ากากอนามัย
ออกในแนวตรง

3 ทิ้งหน้ากากอนามัยลงในถังขยะ
ไม่ให้มือสัมผัสหน้ากาก



✘ ใช้มือสัมผัส
หน้ากากอนามัย



✘ ดึงหน้ากากอนามัย
ไว้บริเวณใต้คาง