

สวมหน้ากากอนามัย ถูกวิธี

ลดเสี่ยงจาก COVID-19



สวมหน้ากาก 2 ชั้น

เพิ่มการป้องกัน COVID-19



ชั้นที่ 1 (ด้านใน)

ใช้หน้ากากอนามัยที่มีชั้นกรอง

ชั้นที่ 2 (ด้านนอก)

ใช้หน้ากากผ้าคลุมทับ

หน้ากากอนามัยต้องแนบสนิทกับใบหน้าตลอดเวลา เลี่ยงการใช้มือสัมผัสตา จมูก และปาก

ข้อควรระวัง

ต้องมั่นใจว่า มีการระบายอากาศที่ดีพอ

หากใส่หน้ากาก 2 ชั้นแล้วต้องเอามือจับตลอดเวลา หายใจไม่ออก ปวดศีรษะ วิตกกังวล ง่วงซึม ไม่แนะนำให้ใส่ 2 ชั้น



— สวมหน้ากากอนามัยแล้ว —
อย่าลืมเว้นระยะห่างด้วยนะ

