

# วิธีใช้ surgical mask ให้ถูกต้อง

1. เอาสี่เข้มออกด้านนอก ด้านที่มีโลหะอยู่บนสันจมูก สวมคลุมจมูก ปากและคาง
2. กดโลหะที่อยู่บนขอบบนของหน้ากากให้แนบสนิทกับสันจมูก
3. ผูกสายรัดหรือจัดยางที่ไว้สำหรับคล้องให้พอดี อยู่ในตำแหน่งที่เหมาะสม
4. ไม่เอามือจับ mask ที่บนใบหน้า ขณะที่ใช้อยู่ ถ้าจับต้องล้างมือ
5. ใช้ disposable mask แต่ละอันไม่เกิน 1 วัน และเปลี่ยนเมื่อชื้นหรือขาดแล้วทิ้งลงในภาชนะที่มีฝาปิด

## Steps of putting on surgical mask



Tie the upper strings at the top of the head



Tie the lower strings at the back of the neck



Fix the metallic strip securely over the bridge of the nose



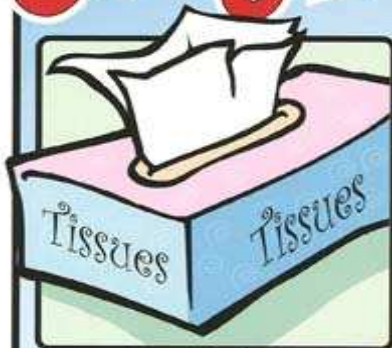
Ensure that the mask fully cover the nose, mouth and is stretched gently over the chin and fit snugly over the face



Change mask if it becomes moist or damaged

With compliments from SGH

# Cover Your Cough and Sneeze!



Use a tissue to cover your mouth and nose.



If you don't have a tissue, sneeze or cough into your arm.



© ToucanEd Inc. (888) 386-6226 www.toucaned.com

## Practice proper cough etiquette



ด้วยความเอื้อเฟื้อจาก ผศ.พ.ญ. อรุณี ธีติชัยญา  
นนท์