



AKO SPRÁVNE POUŽÍVAŤ RÚŠKO?



• Pred nasadením rúška si umyte ruky mydlom pod tečúcou vodou, po dobu 40 sekúnd. Ruky osušíť papierovou utierkou.



• Farebná časť rúška smeruje von, časť s kovovou výstužou hore na nos.



• Rúško nasadíte tak, aby zakrývalo nosové dierky, ústa a bradu. Kovovú výstuž si pritlačte okolo nosa.



• Nasadeného rúška sa nikdy nedotýkajte, ak je to nevyhnuté umyte si ruky pred tým aj potom!

• Pri skladaní masky sa nedotýkajte vonkajšej plochy masky.



• Jednorazové rúško vyhadzujeme tak, že ho preložíme farebnou stranou dovnútra.



• Po zahodení rúška si umyte ruky mydlom pod tečúcou vodou, po dobu 40 sekúnd. Ruky osušíť papierovou utierkou.

Aj svojpomocne ušité textilné rúška a provizórne masky (šatky, šály a pod.) sú účinné. Treba však dodržiavať určité pravidlá:

- Textilné rúška musia mať aspoň 2 vrstvy.
- Pred nasadením rúška si umyte ruky.
- Nedotýkajte sa prednej časti rúška počas nosenia.
- Po návrate domov rúško vyprať min. na 60 °C.
- Vyschnuté rúško prežehlite z oboch strán.
- Efektivitu textilného rúška „zosilníte“ vložením papierovej servítky do vnútornej strany rúška.



Nos rúško, chrániš seba, svoju rodinu a ostatných

