

# KAIP SAUGIAI DĖVĖTI VIENKARTINĘ MEDICININĘ KAUKĘ

## DARYKITE TAIP



Nusiplaukite rankas  
prieš liesdami kaukę



Įsitikinkite, kad kaukė yra  
nepažeista



Atkreipkite dėmesį, kuri  
kaukės pusė yra viršutinė –  
metalinė ar kietesnė jos  
dalis turi būti viršuje



Įsitikinkite, kad kaukės  
spalvota pusė yra  
išorinėje pusėje



Užsidėkite kaukę taip,  
kad metalinė arba  
kietesnė jos dalis būtų virš  
nosies ir ją prispaustų



Kaukė turi dengti jūsų  
burną, nosį ir smakrą



Pritaikykite kaukę prie veido  
taip, kad šonuose tarp jos  
ir jūsų veido neb liktų tarpų



Stenkitės daugiau  
nebeliesti kaukės,  
kol ją dėvite



Nusiimkite kaukę, ją  
paimdami tik už gumelių,  
esančių už ausų arba galvos



Laikykite kaukę atokiau  
nuo savęs ir nuo paviršių,  
kol ją išmesite



Vos tik nusiėmę kaukę,  
iš karto ją išmeskite



Nusiplaukite rankas  
iš karto po to, kai nusiimate kaukę

Atminkite, kad vien tik kaukės nepakanka tam, kad būtumėte apsaugoti nuo COVID-19. Laikytės minimalaus 1 metro atstumo nuo kitų bei dažnai ir kruopščiai plaukite rankas, net tuomet, kai dėvite kaukę.



# KAIP SAUGIAI DĖVĖTI DAUGKARTINĘ NE MEDICININĘ KAUKĘ

## DARYKITE TAIP



Nusiplaukite rankas  
prieš liesdami kaukę



Įsitinkite, kad kaukė yra  
švari ir nepažeista



Pritaikykite kaukę prie veido  
taip, kad šonuose tarp jos  
ir jūsų veido neliktų tarpų



Kaukė turi dengti jūsų  
burną, nosį ir smakrą



Stenkitės neliesti  
kaukės, kol ją dėvite



Nusivalykite rankas  
prieš nusiimdami kaukę



Nusiimkite kaukę, ją  
paimdami tik už gumelių,  
esančių už ausų arba galvos



Atitraukite kaukę nuo veido



Kol kaukės nenaudojate, visada ją  
laikykite švariame plastikiniame,  
uždaramame maišelyje



Jei kaukė švari,  
nesudrėkusi, ištraukę  
iš maišelio ją galite  
naudoti pakartotinai



Plaukite kaukę karštame  
vandenyje naudodami muilą  
arba skalbimo miltelius  
bent vieną kartą per dieną



Nusiplaukite rankas  
iš karto po to, kai  
nusiimate kaukę

## NE



Nenaudokite kaukės,  
kuri atrodo pažeista  
ar panaudota



Nedėvėkite kaukės,  
jei ji jums per laisva



Nedėvėkite kaukės po nosimi



Nenusiimkite kaukės, kuomet  
arčiau nei 1 metro atstumu  
yra kitas asmuo



Nedėvėkite purvinos  
arba drėgnos kaukės



Nesidalykite savo  
kauke su kitais

Atminkite, norėdami apsaugoti bei išvengti COVID-19 plitimo, laikykitės minimalaus 1 metro atstumo nuo kitų, paisykite kosėjimo ir čiaudėjimo etiketo, dažnai bei kruopščiai plaukite rankas.

VILNIUS

VILNIUS SVEIKIAU  
GERSI DARLAUKIŲ MOKSLO