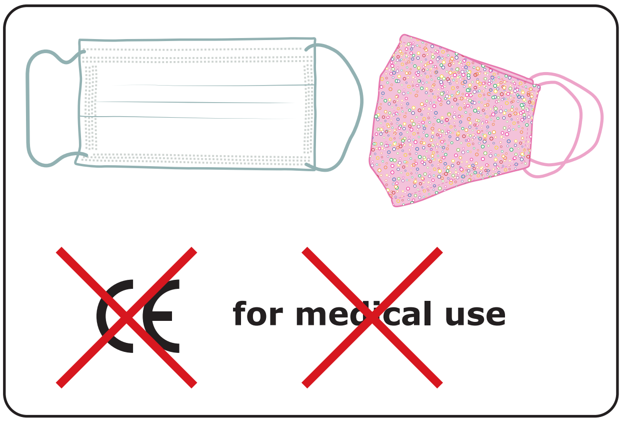
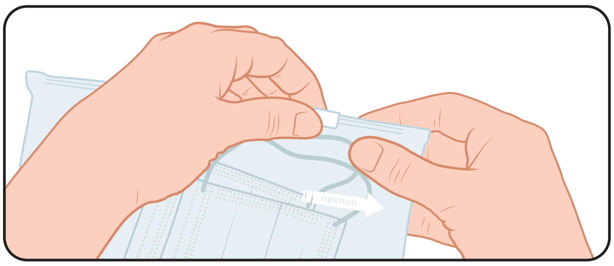
Rijksoverheid

ኣነ ዘይሕክምናዊ መሸፈኒ-ኣፍ ብኸመይ ይጥቀም?

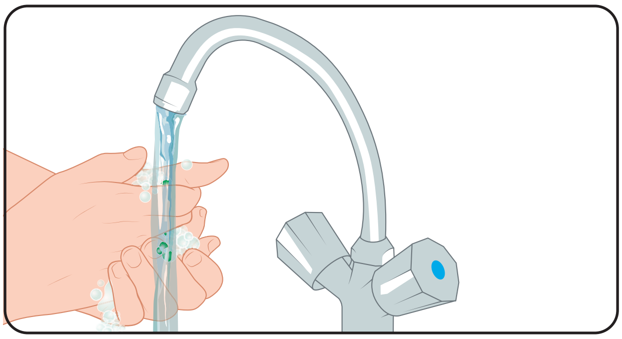


- ንስኹም ክትጥቐምሎም እንትኽእሉ 2 ዓይነታት መሸፈኒ-ኣፍ ኣለውኹም፥

1. ካብ መሸጣ መድሃኒት ዝግዛእ፣
1 ግዜ ተጠቒምኩም ክትድርብይዎ እትኽእሉ መሸፈኒ-ኣፍ
2. ባዕልኹም ብዓለባ ዝሰራሕኩሞ መሸፈኒ-ኣፍ። እቲ ዕላማ ሕክምናዊ መሸፈኒ-ኣፍ ንምጥቃም ኣይኮነን። እዚኦም ኣብ ክንክን ጥዕና ንዝሰርሑ ሰባት ጥራይ ዘገልግሉ እዮም። ነዚ ‘CE’ ብዝብል ምልክት ወይ ብሕክምናዊ መሓበሪ፣ ንኣብነት ‘for medical use’ ብዝብል ከተለልይዎ ትኽእሉ ኢኹም።



- ክልተ መሸፈኒ-ኣፍ ኣብ ከረጺት ምሳኹም ተማልኡ። ሓደ ንምኻድ ጉዕዞ ዝኸውን፣ ሓደ ንምምላስ ጉዕዞ ዝኸውን። ጽሩያትን ኣብ ጥቕሚ ዝወዓሉን መሸፈኒ-ኣፍ፣ ኣብ ዝተፈላለዩ ከረጺታት ፈላሊኹም ሓዝዎም።



ስጉምቲ 1

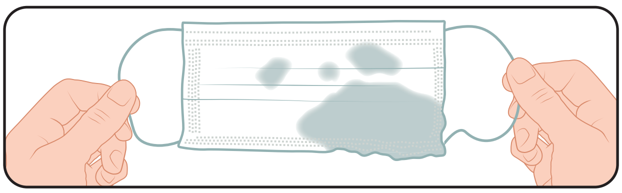
ቅድሚ ነቲ መሸፈኒ-ኣፍ ምውዳይኩም፣ ኣእዳውኩም ን20 ካልኢታት ብማይን ሳሙናን ተሓጸቡ።

ስጉምቲ 2

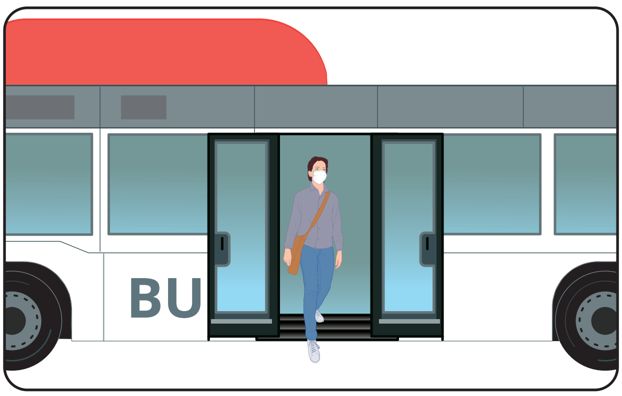
- ነቲ መሸፈኒ-ኣፍ፣ ሒደት ደቓይቕ ቅድሚ ምእታውኩም ውደይዎ።
- ክትወድይዎ እንከለኹም፣ ነቲ ተመጣጢ-ላስቲክ ወይ ገመድ ጥራይ ክትሕዝዎ ይግባእ።
- እቲ መሸፈኒ-ኣፍ፣ ንናትኩም ኣፍንጫ፣ ኣፍን ምዕጉርትን ብግቡእ ከምዝሸፈነ ኣረጋግጹ።

ስጉምቲ 3

- ነቲ መሸፈኒ-ኣፍ ድሕሪ ምውዳይኩም፣ ብኣእዳውኩም ኣይትተንክፍዎ።
- ነቲ መሸፈኒ-ኣፍ ንምብላዕ፣ ንምስታይን ንምዝራብን፣ ንታሕቲን ንላዕልን ኣይተብልዎ።



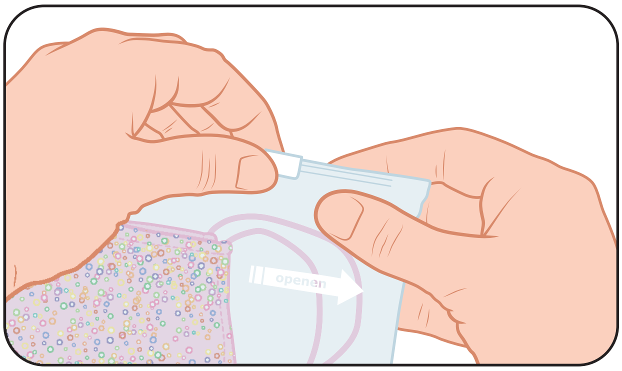
- እንተድኣ እቲ መሸፈኒ-ኣፍ ጠልቅዩ፣ ድሕሪኡ ኣይትጠቐምሉ። ስለዚ ሓደ ሓዲሽ መሸፈኒ-ኣፍ ቀይሩ።



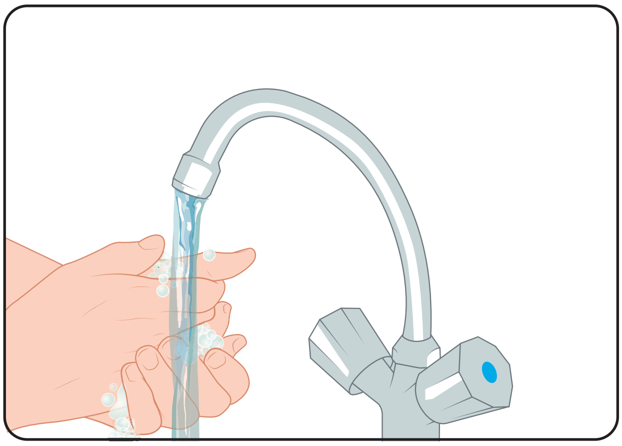
ስጉምቲ 4፡

- ነቲ መሸፈኒ-ኣፍ ድሕሪ ምውራድኩም ጥራይ እለይዎ።
- በቲ ተመጣጢ-ላስቲክ ወይ ገመድ ጥራይ ሓዝዎ።

- ነቲ መሸፈኒ-ኣፍ፣ ምስ ትራፍ-ጎሓፍ፣ ኣብ እንዳ ጎሓፍ ብቐጥታ ደርብይዎ።
- ወይ ክሳብ ንኽትድርብይዎ ዕድል እትረኽቡ፣ ኣብ ሓደ ዝተፈልየ ዕጹው ከረጺት ኣቐምጥዎ።



- ባዕልኹም ዝሰራሕኩሞም መሸፈኒ-ኣፍ፣ ኣብ ገዛኹም ንኽትሓጽብዎም፣ ኣብ ዕጹው ከረጺት ኣቐምጥዎም።



ስጉምቲ 5፥

ኣብ ገዛኹም ወይ ኣብ ዝኾነ ካልእ ቦታ ምስ በጻሕኩም፣ ኣእዳውኩም ኩሉ ግዜ ብማይን ሳሙናን ተሓጸቡ።

ስጉምቲ 6፥

ባዕልኹም ዝሰራሕኩሞ መሸፈኒ-ኣፍ፣ ኣብ ሓጻቢት ማሽን ብ60 ዲግሪ ክትሓጽብዎ ትኽእሉ ኢኹም። ነዊሕ ናይ ሕጽቦ ፕሮግራም ምረጹ። ነቲ መሸፈኒ-ኣፍ ኣብ ሓጻቢት ማሽን ድሕሪ ምእታውኩም፣ ኣእዳውኩም ተሓጸቡ። ከምኡ እውን ቅድሚ ንዕኡ ካብኡ ምውጻእኩም።

Meer informatie over niet-medische mondkapjes vind je op rijksoverheid.nl/mondkapje

alleen samen krijgen we
corona onder controle