

Matumizi Bora ya Maski ya COVID-19

Fanya hivi unaponunua, kuvaa, kuvua au kutumia maski tena.

Maduka kadhaa na wauzaji wanauza maski zinazotengenezwa na vitambaa vya nguo. Panga kuzinunua kutoka kwa wanabiashara wadogo. Weka maski za kimatibabu kwa ajili ya wafanyakazi wa utunzaji wa afya.

Ikiwa unatengeneza maski ukiwa nyumbani, panga kununua vifaa mtandaoni ili uepuke kwenda nje.

Tengeneza maski yako ukitumia pande mbili zilizoshonwa vizuri ukitumia kitambaa cha pamba 100%.

Kabla ya kuvaa maski yako, nawa mikono yako ukitumia sabuni na maji au utumie kieuzi chenye pombe.

Maski yako inapaswa kutoshea sehemu ya mdomo na pua vizuri.

Ikiwa maski yako ina waya ya metali, kunja waya ili itoshee sehemu iliyoinuka ya pua yako.

Usiguse maski unapoivaa.

Ikiwa utagusa maski yako, nawa mikono yako au utumie kieuzi chenye pombe.

Wakati unavua maski yako, usiguse sehemu yake ya mbele. Vua maski yako ukitumia vitanzi vinavyozunguka masikio yako.

Baada ya kuvua maski yako, nawa mikono yako mara moja au utumie kieuzi chenye pombe.

Baada ya kila matumizi, tupa maski zinazovaliwa na kutupwa au ufue maski zinazotumiwa tena. Fuata maagizo yaliyokuja na maski yako.

Hakikisha maski yako imekauka kabisa kabla ya kuitumia tena. Usivae maski ambayo ina unyevunyevu.

Kisha ukumbuke, maski yangu inakulinda wewe na maski yako inanilinda.

Tembelea health.mn.gov kwa taarifa zinazochipuka kuhusu COVID-19.

Minnesota Department of Health
Communications Office
PO Box 64975 St. Paul, MN 55164-0975
651-201-4989
health.communications@state.mn.us
www.health.state.mn.us

05/26/20

COVID-19 Mask Do's and Don'ts (Swahili)

To obtain this information in a different format, call: 651-201-4989