

# วิธีใส่ หน้ากาก

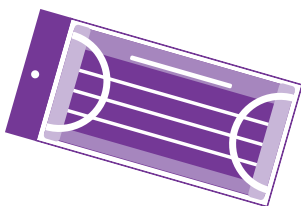
## ขั้นตอนที่ 1

ล้างมือให้สะอาดหมดจดด้วยสบู่และน้ำ  
หรือใช้ผลิตภัณฑ์ฆ่าเชื้อที่มีแอลกอฮอล์สำหรับมือ



## ขั้นตอนที่ 2

ตรวจสอบรอยฉีกขาดหรือ  
ความเสียหายที่  
ของบรรจุ



## ขั้นตอนที่ 3

ระบุด้านบนหรือด้านนอกของหน้ากาก  
ขอบแข็งที่ตัดได้หรือแถบโลหะอยู่ด้านบน  
ปกติด้านที่มีสีเป็นด้านนอกของหน้ากาก  
และควรจะหันออกจากตัว

## ขั้นตอนที่ 4

นำห่วงมา  
คล้องที่หู



## ขั้นตอนที่ 5

บีบแถบโลหะ (หรือขอบแข็ง)  
ของหน้ากาก ให้มีรูปร่างเข้ากับ  
จมูกของคุณ



## ขั้นตอนที่ 6

ดึงด้านล่างของหน้ากากลง  
ให้ปิดปากและคาง ขยับ  
หน้ากากถ้าต้องการเพื่อให้  
มั่นใจว่าหน้ากากปกปิดจมูก  
และปาก ของคุณได้อย่าง  
มิดชิด



## ขั้นตอนที่ 7

เปลี่ยนหน้ากากทุกวันหรือ  
เมื่อสกปรก ช้ำ รูด หรือเปียก  
จับเฉพาะสายคาดเท่านั้น  
เวลาถอด และทิ้งลงในถังขยะ  
ล้างมือให้สะอาดหมดจดด้วยสบู่  
และน้ำ หรือใช้ผลิตภัณฑ์ฆ่าเชื้อ  
ที่มีแอลกอฮอล์สำหรับมือ

