



Ministry of Health & Family Welfare  
Government of India



Help us to  
help you



# নভেল করোনাভাইরাস (কোভিড-19)


কখন মাস্ক পরতে হবে?

## সবার মাস্ক পরে থাকার দরকার নেই!

মাস্ক তখনই পরুন যদি

- আপনার মধ্যে রোগের উপসর্গ (কাশি, জ্বর অথবা শ্বাসকষ্ট) দেখা দেয়
- আপনি যদি এমন কোন ব্যক্তির সেবা যত্ন করেন যিনি কোভিড-19 আক্রান্ত বলে সন্দেহ করা হচ্ছে কিংবা সুনিশ্চিত ভাবে রোগগ্রস্থ
- আপনি যদি স্বাস্থ্যকর্মী হিসাবে শ্বাসকষ্টে আক্রান্ত রোগীদের দেখাশোনায় নিযুক্ত থাকেন

মাস্ক পরার সময় আপনাকে অবশ্যই যা করতে হবে:

 মাস্কের ভাঁজ খোলার সময় সেগুলি যেন নিচের দিকে মুখ করা থাকে।



মাস্কটিকে নাক, মুখ ও খুতনির উপর রাখুন এবং দেখে নিন মাস্কের দু'পাশেই যেন কোন ফাঁক না থাকে, আর যেন ঠিকঠাক ফিট করে যায়।



ব্যবহার করার সময় পারতপক্ষে মাস্কটিকে স্পর্শ করবেন না



মাস্কটিকে কখনোই গলায় ঝুলিয়ে রাখবেন না।



মাস্ক পরার ছ'ঘন্টা বাদে অথবা সেগুলি ভিজে যাবার সাথে সাথে বদলে নিন



কখনোই ডিসপোজেবল মাস্ক ব্যবহার করবেন না এবং ব্যবহৃত মাস্ককে নির্বীজকরণের পর সেটিকে বন্ধ আবর্জনা রাখার পাত্রে ফেলুন।



খোলার সময় মাস্কের সম্ভাব্য দূষিত বাইরের পৃষ্ঠতল ছোঁবেন না।



মাস্ক সরিয়ে নেবার পর, সাবান ও জল দিয়ে ধুয়ে অথবা অ্যালকোহল নির্ভর হ্যান্ড রাব ব্যবহার করে হাত জীবাণুমুক্ত করে নিন।

আমরা একসাথে মিলে কোভিড-19 রোগের সাথে লড়াইতে পারি!

আরো তথ্যের জন্য

ভারত সরকারের

স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রকের

24x7 কন্স্ট্রোল রুম নম্বরে কল করুন

# 1075 (টোল ফ্রি) | 011-23978046

ইমেল পাঠাবার আইডি [ncov2019@gmail.com](mailto:ncov2019@gmail.com)



[mohfw.gov.in](http://mohfw.gov.in)



@MoHFWIndia



@MoHFW\_INDIA



mohfwindia

You may cut this out and paste in your office/public place/home