

طرز تهیه ماسک ساخت دست برای حفاظت از دهان و بینی برای زمانی موقت

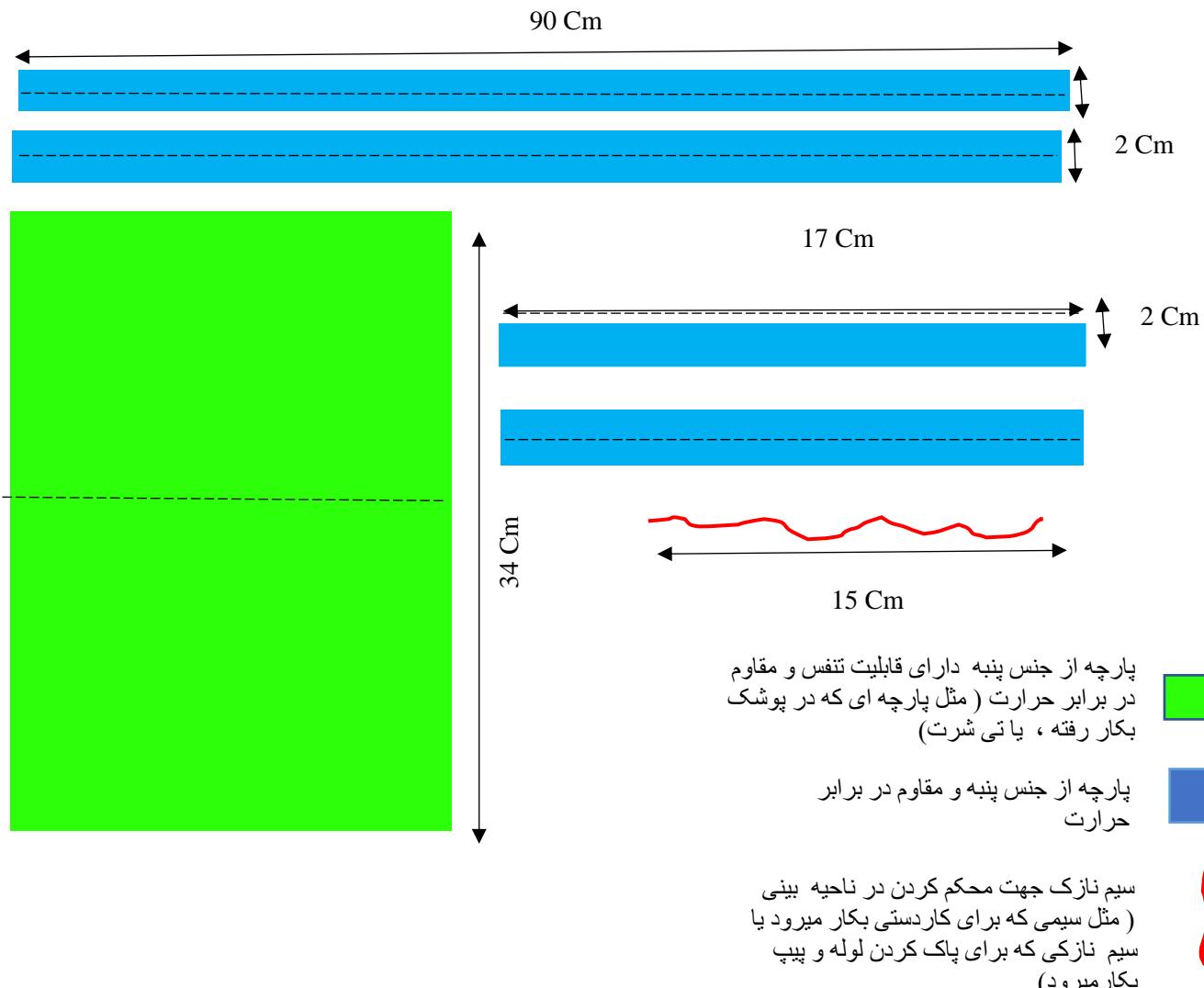
1. ماسک دست ساز برای حفاظت از دهان و بینی در شرایط همه گیر جهانی ، به اختصار : (BMNS)

این ماسک ، تماماً بدست خود فرد ، تهیه میشود، نه کنترل شده و نه تاییدیه دارد. مسولیت تولید و مصرف سنجدیده ان به عهده خود فرد میباشد. BMNS ، فقط بعنوان گزینه دوم بکار میاید، مادامیکه ماسک تائید شده پکبار مصرف Einmal - MNS (ماسک حفاظت از دهان - بینی) در شرایط شیوع جهانی در دسترس نباشد . این ماسک دست ساز ، برای کاهش پخش قطرات و ترشحات دهان و بینی بکار میاید (حمایت از بیمار / حفاظت بیمار). این ماسک فی نفسه اینمی اور نیست و میزان تاثیر گذاری آن، بسته به این است ، که پارچه بکار رفته، چقدر نفوذ ناپذیر است. قرار دادن یک پارچه نبافته و مقاوم در برابر حرارت ، می تواند اثربخشی آن را افزایش دهد.

ویروس کرونا از راهها یی سرایت میکند مثل ، قطراتی که هنگام صحبت کردن ، سرفه کردن و یا عطسه کردن ، در هوا پخش میشوند و به غشاها مخاطی فرد مخاطب راه میباشد. این قطرات میتوانند همچنین روی سطح پوست نشسته و آنرا آلود کنند. تماس مستقیم دست با سطوحی که به ترشحات دارای ویروس آلوده هستند، و در نهایت تماس دست - دهان - بینی ، میتواند همچنین موجب سرایت ویروس گردد.

بکار بردن ماسک دست ساز - دهان - بینی ، موجب کاهش راه های انتقال عفونت - کرونا میشود. منطقی آنست که در هر دیدار و تماس هایمان با افرادی که ریسک مبتلا شدن شان بالاست ، ماسک دست ساز - دهان - بینی (BMNS) را به کار بگیریم تا از پخش ترشحات دهان و بینی مان جلوگیری شود.

برای اینکه مردم بتوانند ، در شرایط شیوع جهانی، از این ماسک ها (BMNS) به اندازه کافی در اختیار داشته باشند و شخص بتواند خودش آنرا بسازد. طرز تهیه ماسک دست ساز و قابل شستشو- دهان - بینی، ارائه شده .



مواد زیر مورد نیاز است :

1.2

- دو عدد نوار پارچه ای هر کدام به طول ۹۰ سانتیمتر و به ارض ۲ سانتیمتر (از جنس پنبه مقاوم در برابر حرارت).
- دو عدد نوار پارچه ای هر کدام به طول ۱۷ سانتیمتر و به ارض ۲ سانتیمتر (از جنس پنبه و مقاوم در برابر حرارت).
- یک سیم ۱۵ سانتیمتری نازک و انعطاف پذیر .
- دستمال پارچه ای بزرگ ، ۱۷ سانت در ۴ (مثل پارچه ای که در پوشک بکار رفته یا

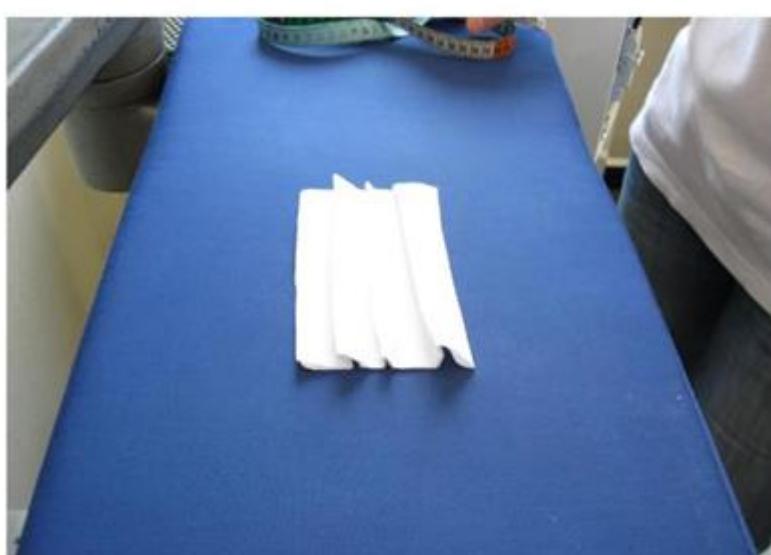
تست دارا بودن قابلیت تنفس :

2.2

- دو تا دستمال را روی هم بگذارید.
- کیپ، به دهان و بینی ببندید.
- نفس خود را به داخل کشیده و خارج کنید.

اگر برای دم و بازدم ، با ممانعت بزرگی مواجه نمایم

3.2



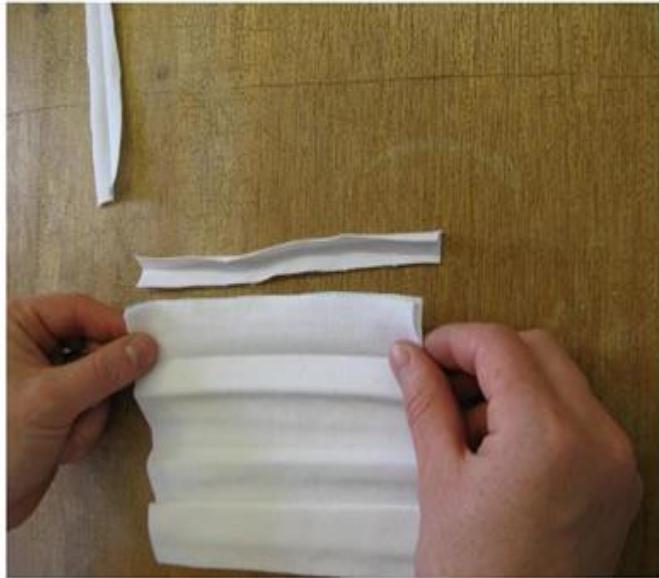


دو تا نوار هر کدام به طول ۹۰ سانتی متر و به ارض ۲ سانتی متر (این نوار ها مخصوص بستن به سر هستند) و دو نوار دیگر، (این ها برای محکم کردن هستند) که هر کدام بطول ۱۷ سانتی متر و به ارض ۲ سانتی متر ، از پارچه ای که از جنس پنبه است، ببرید. (حد الامکان لبه نوار ها را بطور زیگ زاگ چرخ کنید تا از نخ نشدن آن جلوگیری شود)

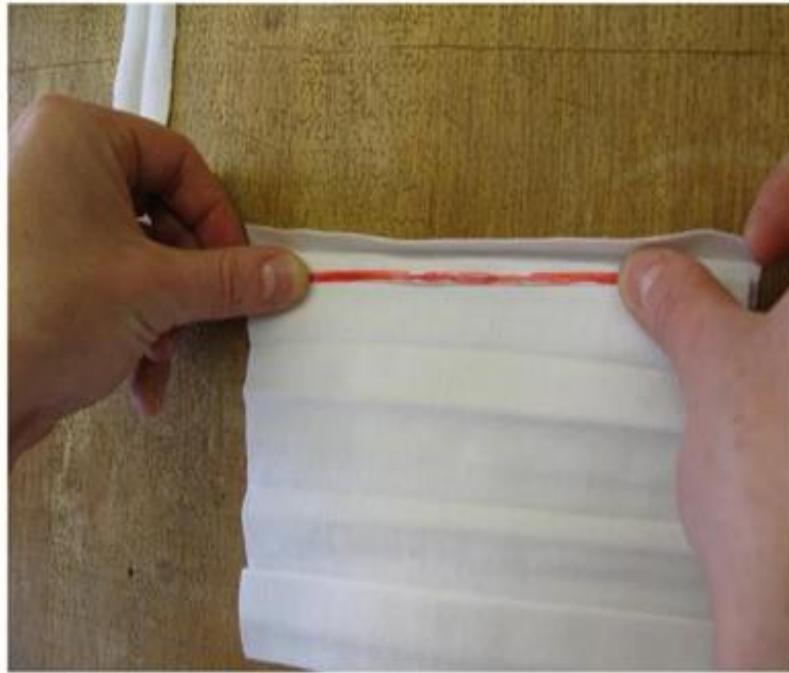
یا پیشانی بند آمده بکار ببرید.



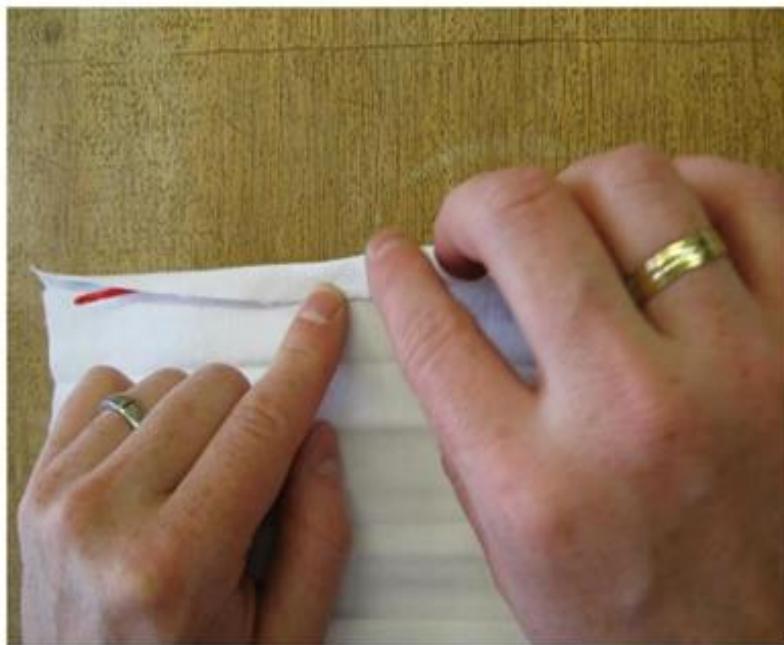
همه ۴ نوارها را ، که بافت مورب دارند، از ارض ، تا و اطو کنید .



لبه دستمال پارچه ای را (که ۳ بار تا خورده) از بالا داخل یکی از نوارها که برای محکم کردن است و از پایین داخل نوار دیگر مخصوص محکم کردن ، قرار دهید.

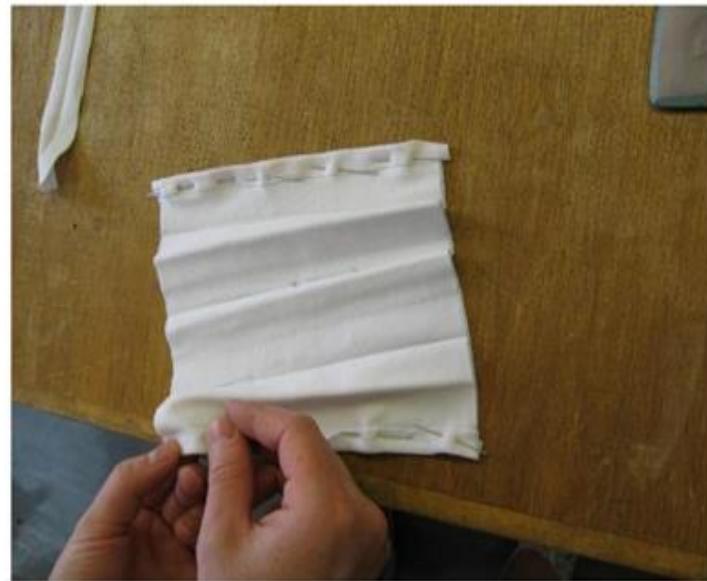


داخل نواریکه برای محکم
کردن است و در سمت
بالایی قرار میگیرد ، سیم را
قرار دهد.



۵

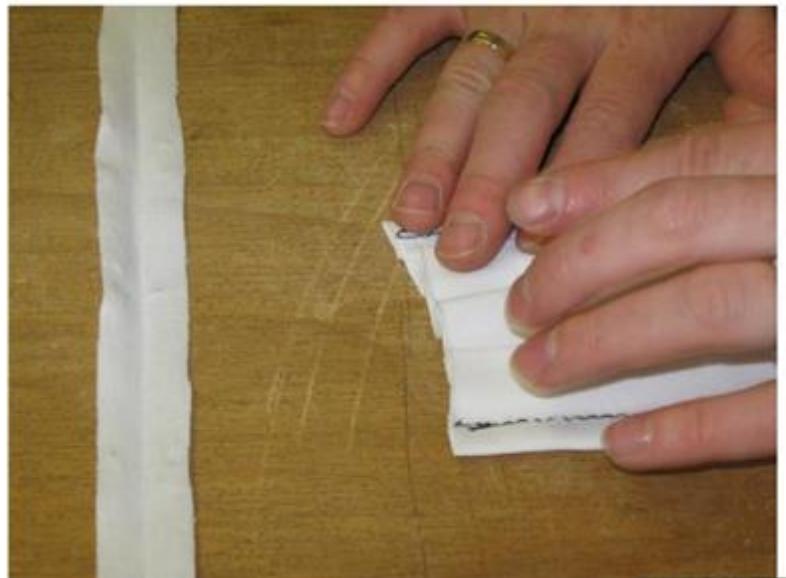
لبه دستمال پارچه ای سمت
بالا را ، که سیم را روی آن
قراردادید ، طوری روی سیم
بکشید که بتوانید قالب سیم
را تعیین کنید.



نوار های مخصوص محکم کردن را، به
دستمال پارچه ای از بالا و پایین از طریق
کوک شل کردن ، وصل کنید و ...



چرخ کنید.



تا های دستمال پارچه ای که اطو شده بودند را کنار هم قرار دهید ، سپس لبه آنرا در وسط نواری که به سر بسته میشود ، بگذارید. لبه دیگر را هم به این شکل عمل کنید.



پس از اینکه لبه دستمال را در وسط نوار گذاشتید آنها را با کوک شل بهم وصل کنید. این عمل باید در هر دو طرف انجام شود.



چرخ کنید.



مراقبت و بهداشت ماسک قابل شستشوی دست ساز BMNS

. 3

قابل شستشو، باید خشک نگهداری شود. قبیل از اولین مصرف باید BMNS شسته شود. BMNS را با احتیاط از صورت بردارید، حدالامکان سعی کنید که با سطح بیرونی ان تماسی برقرار نشود، بعد از برداشتن ان باید دستها شسته شوند. BMNS دست دو، باید بعد از مصرف، روزانه حداقل یک بار شسته شود. این ماسک میتواند یا در ماشین لباسشویی با درجه ۹۰ شسته شود و یا روی اجاق گاز با بخار آب (بمدت ۵ دقیق)، تا میکروبهای ان کشته شوند.

سلب مسئولیت

- 4

صریحاً خاطرنشان می شود که شهر اسن هیچ گونه مسئولیتی در قبال اثربخشی ، ساخت یا استفاده صحیح از ماسک محافظت - دهان و بینی (BMNS) ، ندارد. این سلب مسئولیت ، در مورد هر گونه ادعای خسارت در برابر شهر اسن به دلیل آسیب دیدگی در زندگی ، اعضاء بدن یا سلامتی - صرف نظر از این که توسط کاربر یا طرف مقابل مربوط به آن باشد - نیز صادق است . خاطرنشان می شود ، که مقررات بهداشتی مؤسسه روبرت کخ در هر صورت باید رعایت شود.