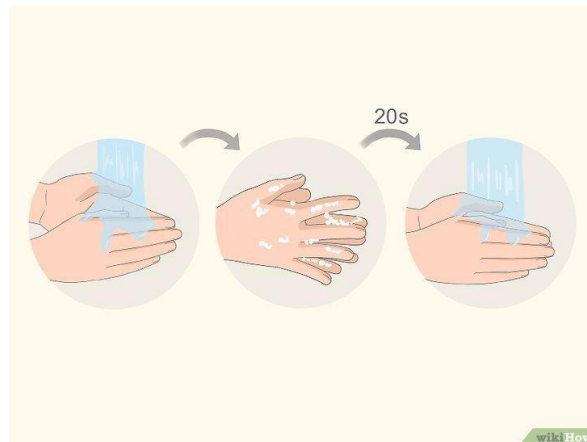


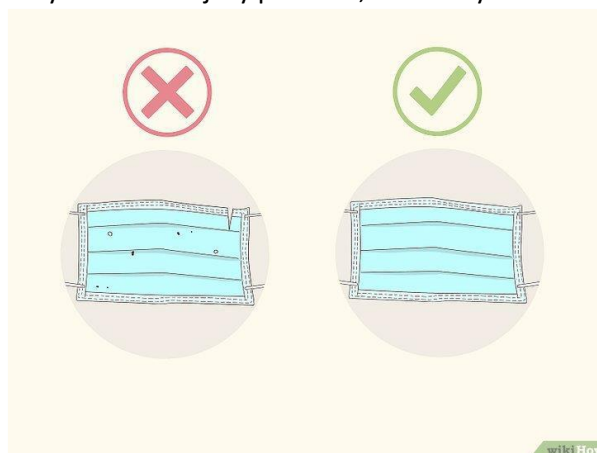
Jak si nasadit chirurgickou roušku

Umyjte si ruce. Dříve než se roušky dotknete, důkladně si umyjte ruce mýdlem a vodou. Když si ruce namočíte a použijete mýdlo, musíte si je nejméně dvaceti vteřin vzájemně mnout a teprve pak opláchnout.

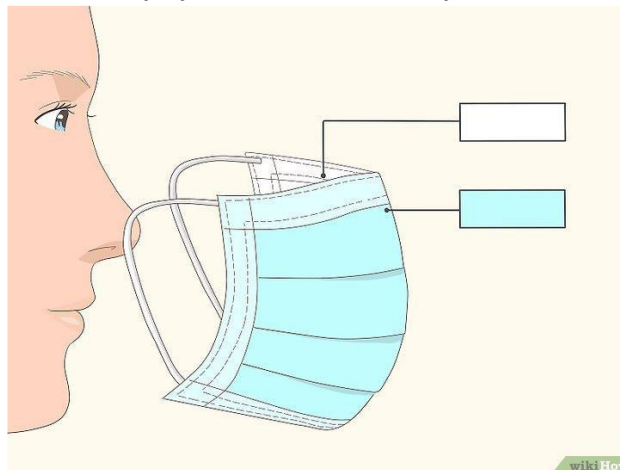
K utření rukou vždy používejte jednorázové papírové ručníky a po použití je vyhoďte.



Zkontrolujte roušku. Když vytáhnete novou roušku z krabice, prohlédněte si ji, zda není poškozená a nejsou na ní díry nebo trhliny. Vidíte-li nějaký problém, roušku vyhoďte a vyberte si z krabice novou.



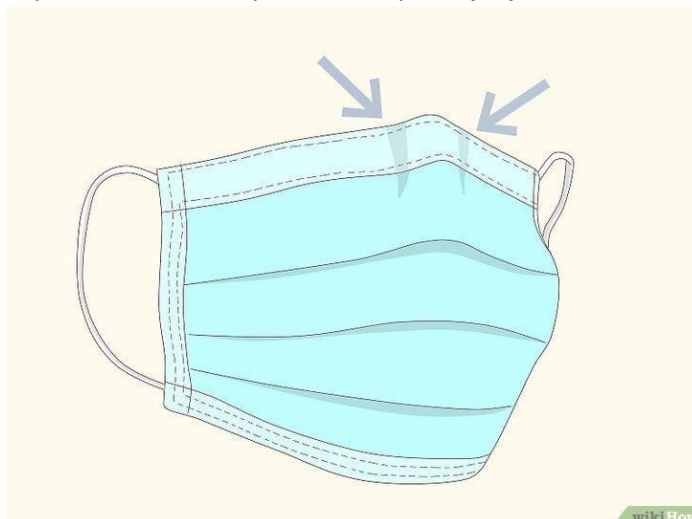
Natočte roušku správným směrem. Aby tento prostředek co nejlépe odpovídal tvaru obličeje, jeho horní část je zpravidla pevnější, abyste si ji mohli ohnout kolem nosu. Než si roušku nasadíte na obličej, ujistěte se, že tato část je nahoře.



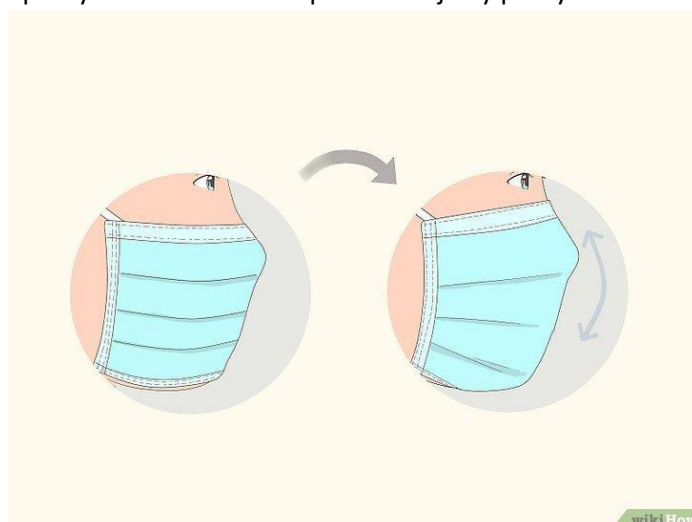
Nasaďte si roušku na obličej správnou stranou. Vnitřní strana roušky je bílá, vnější strana má obvykle jinou barvu. Než si roušku nasadíte na obličej, ujistěte se, že bílá strana je směrem k obličeji.

Nasaďte si roušku na obličej. Smyčky: Nasaďte si první smyčku na jedno ucho a druhou na druhé.

Upravte si pásku na nose. Nyní, když máte roušku na obličeji, stiskněte pomocí ukazováčku a palce pevnou část roušky nahoře a vytvarujte ji kolem nosu.



Upravte si roušku podle potřeby. Jakmile máte roušku nasazenou, upravte si ji tak, aby vám pokrývala tvář a ústa a spodní okraj aby pokrýval bradu.



Při snímání roušky postupujte opatrně. Obecně platí, že byste se při snímání roušky měli dotýkat pouze jejích okrajů, poutek nebo spon. Nedotýkejte se části, která vám pokrývá ústa a nos, protože může být kontaminovaná.

Smyčky: Uchopte smyčky rukama a sejměte je z uší.

