நவம்பர் 10, 2020 அன்று புதுப்பிக்கப்பட்டது

கோவிட்-19 முகக்கவசங்கள் பயன்பாடு

சமூக இடைவெளியுடன் ஓர் முகக்கவசத்தை அணிவது மற்றும் இதர சுகாதார நடைமுறைகளை மேற்கொள்வது கோவிட்-19 பரவலைக் குறைக்கக்கூடும். சமூக இடைவெளிகள் கடைபிடிக்க முடியாத இடங்களில் எப்பொழுதுமே முகக்கவசங்களை அணிய வேண்டும்.

பொது இடங்களில் முகக்கவசம் அணிய வேண்டும்

டொராண்டோ நகரம் சட்டம் 541-2020 மற்றும் சட்டம் 542-2020 சட்டங்களின்படி, பல-குடியிருப்புகள் கட்டிடங்களில் உள்ள பொதுவான இடங்கள் உள்ளிட்ட அனைத்து உட்புற பொது இடங்களிலும் முகமூடிகள் அல்லது முகக்கவசங்களை அனைவரும் அணிய வேண்டும் என்று எதிர்பார்க்கிறது. *ஒண்டாரியோ மறுதிறப்பு சட்டத்தின்* கீழ் மாகாண அரசும், உட்புற பொது இடங்களில் முகக்கவசங்கள் அணியவேண்டும் என்று அறிவுறுத்துகிறது.

முகக்கவசங்கள் மற்றும் மூலக்கூறு கட்டுப்பாடு

நமது சுவாச துளிகளை மறைப்பதற்காக நாம் அனைவரும் ஓர் முகக்கவசத்தை அணியும்போது, காற்று மற்றும் பரப்புகளில் கிருமிகள் பரவலைக் குறைக்க, அது மூலக்கூறு கட்டுப்பாட்டை அளிக்கிறது. சில முகக்கவசங்கள் அணிபவரை தொற்றிலிலிருந்து பாதுகாக்கவும் செய்யும்.

ஓர் நல்ல துணியினாலான முகக்கவசத்தின் தரங்கள்

- முகக்கவசங்கள் இறுக்கமாக நெய்யப்பட்ட குறைந்தது இரண்டு அடுக்குகள் கொண்ட துணியினால் உருவாக்கப்படவேண்டும் (அதாவது பருத்தி அல்லது லினென்), மற்றும் முடிந்தால், ஓர் மைய "வடிகட்டு" அடுக்குடன். ஓர் மூன்று அடுக்கு முகக்கவசம் கூடுதல் பாதுகாப்பை வழங்கலாம்.
- ஓர் பாக்கெட் உடன் கூடிய முகக்கவசங்களில், ஒருமுறை பயன்படுத்தக்கூடிய காபி பில்டர், பேப்பர் துண்டு அல்லது மீண்டும் பயன்படுத்தக்கூடிய பில்டர் துணியை சேர்க்கவும்.
- பாக்கெட் இல்லாத முகக்கவசங்களில், இரண்டு அடுக்குகளுக்கிடையே ஒருமுனையை வெட்டி/தைக்காத பக்கத்தை எடுத்து, ஓர் வடிக்கட்டியை சொருகவும்.
- உங்கள் முகக்கவசம் எந்தவித இடைவெளியும் இல்லாமல் உங்கள் முகத்திற்கு பொருந்தி, உங்கள் மூக்கு, வாய் மற்றும் தாடையை மூடும்படி இருக்கவேண்டும்.
- உங்கள் முகக்கவசம் வசதியாகவும், மூச்சு விடுவதற்கு எளிதாகவும், உங்கள் பார்வையை தடுக்காமலும் இருக்க வேண்டும்.
- பயன்படுத்தும்போது சரிசெய்வதைத் தவிர்க்க, முகக்கவசம் மற்றும் காது லூப்கள் சரியாக பொருந்தவேண்டும்.
- ஓர் உயரிய வெட்பநிலை துவைத்தலை தாங்கக்கூடிய துணியை தேர்வுசெய்யவும் (எ.கா பருத்தி). நீட்டிக்கக்கூடிய பொருளைத் தவிர்க்கவும்.
- துவைத்து காயப்பட்ட பிறகு முகக்கவசம் மாறாமல் இருக்கக்கூடிய துணியைத் தேர்வுசெய்யவும்.

வீட்டில் தயாரிக்கப்பட்ட முகக்கவசங்கள் குறித்த தகவலுக்கு கனடா அரசு இணையபக்கத்தைப் பார்க்கவும்.

ஓர் முகக்கவசத்தின் முறையான பயன்பாடு

- உங்கள் முகக்கவாசத்தை போடுவதற்கு முன்னும் மற்றும் எடுப்பதற்கு முன்னும் உங்கள் கைகளை கழுவவும் அல்லது சானிடைஸ் செய்யவும்.
- எந்தவித இடைவெளியும் இல்லாமல் உங்கள் முகக்கவசத்தை உங்கள் மூக்கு, வாய் மற்றும் தாடையை மூடும்படி போடவும்.
- உங்கள் முகக்கவசம் ஈரமாகவோ அல்லது தூசியடைந்தாலோ அதை மாற்றவும்.

நவம்பர் 10, 2020 அன்று புதுப்பிக்கப்பட்டது

- முகக்கவசத்தின் முன்பக்கத்தைத் தொடாமல் காது லூப்கள் வழியாக முகக்கவசத்தை நீக்கவும்.
- பயன்படுத்தப்பட்ட முகக்கவசத்தை ஓர் பிளாஸ்டிக் பை அல்லது துவைப்பதற்கு துவைக்கும் துணிகளுடன் போடவேண்டும்.
- வெப்பமான துவைத்தல் மற்றும் ட்ரையர் பயன்படுத்தி இதர ஆடைகளுடன் துணி முகக்கவசங்களைத் துவைக்கவும்.

முகக்கவசங்களைப் பயன்படுத்தும்போது நாம் எதை தவிர்க்கவேண்டும்

- உங்கள் முகக்கவசங்களை மற்றவர்களுடன் பகிரக்கூடாது.
- ஒருமுறை பயன்படுத்தக்கூடிய முகக்கவசங்களை மீண்டும் பயன்படுத்தக்கூடாது.
- முகக்கவசம் அணிந்திருக்கும்போது உங்கள் முகம் அல்லது முகக்கவாசத்தைத் தொடுவதைத் தவிர்க்கவும்.
- மூக்கின் கீழ், தாடை அல்லது முன்நெற்றியின் கீழ் அணியக்கூடாது அல்லது உங்கள் காதுகளில் தொங்கவிடக்கூடாது.
- இரண்டு வயதிற்கு குறைவாக இருக்கும் குழந்தைகளுக்கு முகக்கவசங்கள் போடக்கூடாது.
- மூச்சுவிடுவதில் சிரமம் உள்ளவர்கள் அல்லது உதவி இல்லாமல் முகக்கவசத்தை நீக்க முடியாதவர்களுக்கு முகக்கவசங்கள் அணிவிக்கக்கூடாது.

கோவிட்-19 ஏற்படக்கூடிய அதிக ஆபத்தில் இருக்கும் நபர்கள்

பணி அல்லது வாழ்வியல் நிலைகள் காரணமாக அல்லது கோவிட்-19 காரணமாக ஏற்படும் தீவிர நோய்க்கு உட்படும் சாத்தியம் நபர்கள் கோவிட்-19 தொற்று ஏற்படும் அதிக ஆபத்துள்ளவர்கள் ஓர் மூன்று அடுக்கு முகக்கவசத்தைப் பயன்படுத்தவேண்டும். கிடைக்கக்கூடிய தருணங்களில், மருத்துவ முகக்கவசங்களையும் பயன்படுத்தலாம்.

பணியிட தேவைப்பாடுகள்

பணியிட தேவைப்பாடுகளில் பயன்படுத்தும் தனிநபர் பாதுகாப்பு சாதனம் (PPE) க்கு பதிலாக துணி முகக்கவசங்களைப் பயன்படுத்தக்கூடாது. *ஒண்டாரியோ மறுதிறப்பு சட்டத்தின்படி* அனைத்து உட்புற செயல்பாடுகளின்போதும் அனைத்து ஊழியர்களும் முகக்கவசம் அணிந்தியருக்க வேண்டும்.

முகக்கவசங்கள் அணிய இயலாத நபர்கள்

வயது அல்லது மருத்துவ நிலைகள் காரணமாக ஓர் முகக்கவசத்தை அணிய முடியாத நபர்களிடம் நாம் மரியாதையுடன் நடந்துகொள்ளவேண்டும். வணிகங்கள் மற்றும் சேவை வழங்குதல் செயல்களுக்காக, முகக்கவசம் அணிய முடியாவர்களுக்கு வேறு ஒரு மாற்று சேவையை வழங்குவதை கருத்தில் கொள்ளவேண்டும். பிஸியான நேரங்களின்போது கர்ப்-சைட் பிக்கப் அல்லது வழங்கல் சேவைகளை முயற்சிக்கவும்.

பரிந்துரைக்கப்படாத தயாரிப்புகள்

- ஒரு முக ஷீல்ட் முகக்கவசத்திற்கு மாற்றாக இருக்காது, ஏனெனில் இது உங்கள் சுவாச துகள்களை மற்றவர்களிடமிருந்து பாதுகாக்காது. அணிபவருக்கு கூடுதல் பாதுகாப்பாக முகக்கவசத்துடன் ஓர் முக ஷீல்ட்டை அணிந்துகொள்ளலாம்.
- பிளாஸ்டிக் முகக்கவசங்கள் உங்கள் சுவாச துகள்களை மற்றவர்களிடமிருந்து பாதுகாக்காது மற்றும் பயன்பாடுகளுக்கிடையே அவற்றை சுத்தம் செய்யவும் மற்றும் தொற்றுநீக்கம் செய்யவும் முடியாது.
- வெளியேறும் (எக்ஸாஸ்ட்) வால்வ் உடன் கூடிய முகக்கவசங்கள் அதனை அணிந்திருக்கும் நபர் மூச்சுவிடுவதற்கு வசதியாக இருக்கும், ஆனால் அது அறையினுள்ளே சுவாச துகள்களை பரவச் செய்யலாம்.

மேலும் தகவலுக்கு, toronto.ca/COVID19 ஐப் பார்க்கவும் அல்லது 416-338-7600 என்ற எண்ணுக்கு அழைப்பு விடுக்கவும்.

COVID Alert செயலியை **பதிவிறக்கவும்**. இது நீங்கள் கோவிட்-19 தொற்று ஏற்பட்டுள்ள நபருடன் நெருக்கமாக இருக்கும்போது ஓர் எச்சரிக்கையை தெரிவிக்கும்.