



স্বাস্থ্য এবং পরিবার কল্যাণ দপ্তর
পশ্চিমবঙ্গ সরকার



Help us to
help you



নোভেল করোনা ভাইরাস (COVID-19)

মাস্ক কখন পরতে হবে?

সবার মাস্ক পরার প্রয়োজন নেই

শুধুমাত্র তখনই মাস্ক পরুন যদি

- আপনার উপসর্গ থাকে (সর্দি, জ্বর বা শ্বাসকষ্টজনিত সমস্যা)
- আপনি কোভিড ১৯-এর সন্দেহভাজন/ নিশ্চিত বাহক হন
- আপনি একজন স্বাস্থ্যকর্মী হিসাবে শ্বাসকষ্টজনিত উপসর্গ রয়েছে, এমন রোগীদের সেবা করছেন

মাস্ক পরার সময় অবশ্যই মনে রাখুন

মাস্ক পরার সময় নীচের ফিতে আসে কানের পাশে বাঁধুন তারপর ওপরের ফিতে বাঁধুন।
মাস্ক খোলার সময় ওপরের ফিতে আসে খুলুন তারপর নীচের ফিতে খুলুন।

প্রতি ছয় ঘণ্টা অন্তর বা মাস্ক ভিজ়ে গেলে বদলে দিন।

আপনার নাক, মুখ এবং চিবুকের উপর মাস্ক পরুন এবং নিশ্চিত করুন যাতে মাস্কের দু'দিকে কোনও গ্যাপ না থাকে, ঠিক করে ফিট করুন।

তিসশোষে মাস্ক পুনরায় ব্যবহার করবেন না এবং ব্যবহৃত মাস্ক জীবগুম্বুত করে মুখবন্ধ বিন-এ ফেলুন।

মাস্ক পরা অবস্থায় মাস্কের সামনের অংশে হাত সোবেন না।

খোলার সময় মাস্কের বাইরের দিকের সমস্ত ব্যা দূষিত অংশ ছোঁবেন না।

মাস্ক গলায় বুন্ধিয়ে রাখবেন না।

মাস্ক খোলার পরে, আপনার হাত সাবান এবং জল দিয়ে পরিষ্কার করে ধুয়ে নিন অথবা আলকোহল-বেসড হ্যান্ড স্যানিটাইজার দিয়ে জীবাণুমুক্ত করুন।

আমরা একসঙ্গে করোনা ভাইরাসের বিরুদ্ধে লড়াই করতে পারি

বিস্তারিত তথ্যের জন্য যোগাযোগ করুন

স্বাস্থ্য এবং পরিবার কল্যাণ দপ্তর, পশ্চিমবঙ্গ সরকার
২৪x৭ (টোল ফ্রি) হেল্পলাইন নম্বর

০৩৩ ২৩৪১ ২৬০০/১৮০০ ৩১৩ ৪৪৪ ২২২

করোনা কন্ট্রোল রুম নং: +৯১ ৩৩-২৩৫৭৩৩৩৩/ +৯১ ৩৩-২৩৫৭১০৮৩/ +৯১ ৩৩-২৩৫৭১০৮৫