



**Braucot sabiedriskajā
transportā, tev obligāti
ir jāvalkā sejas maska**



Aktuālā informācija
par COVID-19

www.spkc.gov.lv
www.covid19.gov.lv

Ko var izmantot?



Auduma masku

- Tā var būt pašdarināta - no divām blīvi austa auduma kārtām.
- Maskai cieši jāpieguļ sejai, to nostiprinot ar saitēm



Medicīnisko masku

- Nopērkama aptiekā vai veikalā



Aktuālā informācija
par COVID-19

www.spkc.gov.lv
www.covid19.gov.lv

Kā sejas masku lietot pareizi?



Pirms uzliec un noņem sejas masku, nomazgā vai dezinficē rokas



Sejas maskai pilnībā jānosedz seja no deguna līdz zodam un labi jāpieguļ sejai (deguns nedrīkst būt ārpus maskas)



Neaiztiek sejas masku un seju ar nemazgātām rokām



Aktuālā informācija
par COVID-19

www.spkc.gov.lv
www.covid19.gov.lv

Kā sejas masku lietot pareizi?



Pēc sejas maskas izmantošanas, ieliec to maisiņā, nevis kabatā vai somā



Ja maska ir no auduma, pēc katras lietošanas izmazgā to vismaz 60`C temperatūrā



Vienreizlietojamo masku neizmanto atkārtoti – tā jāizmet, vispirms ieliekot maisiņā



Aktuālā informācija
par COVID-19

www.spkc.gov.lv
www.covid19.gov.lv

Kā sejas masku lietot pareizi?



Ja sejas maska kļūst mitra, tā jānomaina ar citu – tīru un sausu



Sejas masku nedrīkst noņemt daļēji (piemēram, novilkt uz zoda vai kakla) un pēc tam lietot atkārtoti



Noņemot sejas masku, nepieskaries tās priekšpusei



Aktuālā informācija
par COVID-19

www.spkc.gov.lv
www.covid19.gov.lv

Atceries!



Sejas maska neaizvieta galvenos profilakses un higiēnas pasākumus!

- Regulāri mazgā vai dezinficē rokas
- Neaiztiek seju ar netīrām rokām
- Ja klepo vai šķaudi, dari to salvetē vai saliektā elkonī
- Ja iespējams, ievēro 2 metru savstarpējo distanci



**Aktuālā informācija
par COVID-19**

**www.spkc.gov.lv
www.covid19.gov.lv**