

# Măști dezinfectant pentru mâini

Această fișă cu informații a fost creată pentru a însoți stocurile de măști dezinfectant pentru mâini donate băncilor de alimente locale de Consiliul Orașului Birmingham ca parte a răspunsului nostru la coronavirus (COVID-19). Aceste stocuri au fost cofinanțate de Parteneriatul pentru Orașe Sănătoase (Partnership for Healthy Cities).

Măștile pot proteja împotriva răspândirii COVID-19 pentru că acoperă nasul și gura, care sunt principalele surse confirmate de secreții și picături infecțioase.

O mască trebuie:

- să vă acopere nasul și gura, și să vă permită să respirați cu ușurință
- să vi se potrivească bine pe față
- să fie fixată cu elastice în jurul m

fă

Dacă nu puteți purta mască din cauza vârstei, a stării de sănătate, sau din motive de dizabilitate, descărcați gratuit un ecuson pentru persoanele scutite vizitând link-ul de mai sus.

Spălarea mâinilor este unul dintre cele mai importante moduri de a opri răspândirea COVID-19. Aceasta îndepărtează murdăria, virușii și bacteriile, astfel încât să nu se poată răspândi la alte persoane sau obiecte.

Este important să vă spălați pe mâini în mod frecvent, cu apă și săpun, timp de 20 de secunde. Pentru instrucțiuni privind cea mai bună metodă de a vă spăla pe mâini, vizitați <https://www.nhs.uk/live-well/healthy-body/best-way-to-wash-your-hands/>

Dacă nu aveți la dispoziție apă și săpun, puteți folosi un dezinfectant care conține cel puțin 60% alcool. Aplicați dezinfectantul în palmă și dispersați-l.

