



# نمایش ماسک ها - #MaskeZeigen

## دستور العمل استفاده

برای ماسک های دست ساخته و قابل استفاده  
مجدد دهن و بینی

من چه هستم؟

من یک ماسک خانگی (دست ساخته) دهن و بینی (که در شرایط کمبود ماسک های پزشکی می تواند مورد استفاده قرار بگیرد) هستم. من یک اقدام محافظتی برای تکمیل دیگر اقدامات محافظتی (شستن دست ها، رعایت کردن موارد بهداشتی در زمان سرفه و عطسه، حفظ فاصله 2 متر و ماندن در خانه) هستم.

### چرا شما به من احتیاج دارید؟

شما با استفاده از من خطر ابتلا از طریق قطرات پراکنده شده در زمان سرفه، عطسه و صحبت کردن با افراد آلوده را کاهش می دهید. بسیاری از افراد قبلاً ناخواسته آلوده شده اند، اما هنوز علائمی از این بیماری ندارند. آنها به هر حال ناقل بیماری هستند. زمانی که شما در اماکن عمومی و در تماس با افرادی که احتمال آلودگی به بیماری را دارند ماسک می پوشید، شما از دیگران محافظت می کنید و به همین صورت وقتی دیگران ماسک می پوشند از شما و افراد دیگر محافظت می کنند.

### چطور از من استفاده کنید؟

- ماسک را قبل از اولین بار استفاده با حرارت حداقل 60 درجه سانتیگراد بشویید یا در یک قابلمه در بسته برای مدت 5 دقیقه بجوشانید.
- همیشه قبل از قراردادن ماسک بر روی صورت و قبل و بعد از برداشتن آن دستان خود را کاملاً بشویید.
- روی سیم بینی ماسک فشار دهید (در صورت وجود). ماسک را روی بینی و دهان بکشید. کش یا بند را در اطراف گوش خود قرار دهید یا نوارها را بالای سر به صورت محکم و پشت گردن به صورت شل گره بزنید (بسته به نوع ماسک).
- ماسک باید تا حد ممکن اندازه صورت باشد، اما تنگ نباشد.
- طبیعی است که تنفس با ماسک کمی سخت تر است اما نباید طوری باشد که باعث تنگی نفس شود. در صورتی که شک دارید از ماسک نازک تری استفاده کنید و با دکتر خود مشاوری کنید.
- هنگام برداشتن ماسک فقط نوار یا کش را لمس کنید. هرگز دهان و بینی را لمس نکنید.
- ماسک را تا زمان شستشو در یک ظرف بسته قرار دهید.
- شیوه مراقبت از ماسک: بعد از یک بار مصرف (حداقل یک بار در روز) در حرارت 60 درجه سانتیگراد بشویید یا در یک قابلمه در بسته برای مدت 5 دقیقه بجوشانید.

### آیا می خواهید یک ماسک بدوزید؟

شما می توانید در وب سایت ما [MaskeZeigen.de](http://MaskeZeigen.de) دستورالعمل های خیاطی و تهیه ماسک های خانگی را که قبلاً امتحان شده، همچنان معلومات در مورد شیوه صحیح استفاده و تاریخچه استفاده از ماسک را پیدا کنید. شما می توانید دستورالعمل استفاده و آگهی (Flyer) را از وب سایت ما دانلود کنید. شما همچنان می توانید با ما همگام شوید و برای خانواده، دوستان و افرادی که در اطراف شما زندگی می کنند، ماسک بدوزید.



# نمایش ماسک ها - من از تو محافظت می کنم - آیا تو هم از من محافظت می کنی؟

### اجرا کنندگان این پروژه چه کسانی هستند؟

تیم [MaskeZeigen.de](http://MaskeZeigen.de) در مارچ 2020 در برنامه [WirVsVirusHackathon.org](http://WirVsVirusHackathon.org) دولت آلمان شرکت کرده است. ما در حال کار داوطلبانه و بدون حقوق برای کمک به افراد بیشتر هستیم تا در زندگی روزمره خود ماسک بپوشند. و در زمان کمبود عرضه ماسک پزشکی تایید شده بتوانند که ماسک های بیشتری را تهیه و برای دیگران توزیع کنند. این بدین معنی است که ماسک های حرفه ای می توانند برای کسانی که به آن نیاز فوری دارند به خصوص کارکنان بیمارستان ها رزرو شوند.

توجه داشته باشید که تیم [MaskeZeigen.de](http://MaskeZeigen.de) هیچگونه مسئولیتی را در مورد اثر محافظتی ماسک های دست ساخته برعهده نمی گیرد. هیچ ماسک دست ساخته ای به عنوان یک وسیله پزشکی تایید نشده است و نه اثر حفاظتی مشابه ماسک های حرفه ای جراحی برای حفاظت دهان و بینی و ماسک های FFP را دارد. استفاده از ماسک های دست ساخته با مسئولیت خودتان است و ما این آگهی را تحت مجوز [Creative Commons](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/) نشر کرده ایم. (creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/)

استفاده افراد دیگر از این ماسک ها به معنای کنترل کیفیت نیست. این آگهی فقط ممکن است به همراه ماسک هایی که به صورت رایگان یا با قیمت تمام شد (هزینه های مواد خالص + هزینه پستی و بسته بندی) تهیه شده اند، فرستاده شود و نمایندگی از تضمین کیفیت نمی کند.