



Jak zacházet s rouškou



Rouška má především **zabránit** případnému **šíření viru**, částečně (ne však úplně) chrání ale i svého nositele. Jakákoliv ochrana je ale lepší než žádná. **S rouškou se chovejte stejně obezřetně jako bez ní**, nenechte se ukolébat falešným pocitem bezpečí. Chraňte sebe i své okolí.

JAK ROUŠKU POUŽÍVAT

1. Před nandáním roušky si **důkladně umyjte ruce mýdlem a vodou** (případně dezinfekcí).
2. Rouškou **zakryjte nos a ústa** a ujistěte se, že nevznikly žádné netěsnosti.
3. Při nošení **se roušky nedotýkejte** (na ruce by se vám dostaly viry a bakterie z roušky).
4. Jakmile **rouška zvlhne, vyměňte ji za novou, klidně i několikrát denně** (nejpozději po 2-3 hodinách), přestávají totiž fungovat její filtrační vlastnosti.
5. Roušku **sundejte uchopením pouze za tkalouny či gumičky**, nedotýkejte se její přední části.
6. **Papírovou roušku ihned po sejmutí vyhod'te** do uzavíratelného odpadkového koše. **Látkovou roušku uchovejte v uzavřené nádobě** a před dalším použitím ji **vyvařte** (dostatečné je vaření v hrnci s vodou po dobu 30 min, nebo 20 min v papiňáku) a **přežehlete**.
UPOZORNĚNÍ: NEDÁVEJTE ROUŠKY DO MIKROVLNKY, MOHOU SE VZNÍTIT!
7. Důkladně **si umyjte ruce mýdlem a vodou**, případně vydezinfikujte.