

حقائق جانیں۔

ماسک پہنا



ویکسین سب سے زیادہ تحفظ فراہم کرتی ہیں

- خود کو اور اپنی کمیونٹی کو محفوظ رکھنے کے لیے آپ کو ویکسین لگوانا سب سے اہم قدم ہے۔
- اپنی کووڈ-19 ویکسین کے ساتھ اپ ٹو ڈیٹ رہنا ضروری ہے، جس میں جب آپ اہل ہوں تو بوسٹر شائس لینا بھی شامل ہے۔

یہاں تک کہ ویکسین شدہ لوگ بھی ماسک کے ساتھ ہی سب سے زیادہ محفوظ ہیں

ویکسین لگانے کے بعد کووڈ-19 سے بیمار ہونا ممکن ہے، لیکن ویکسین آپ کو شدید بیمار ہونے سے محفوظ رکھے گی۔

ویکسین لگوانا اور ماسک پہننا بیمار ہونے اور کووڈ-19 کو دوسروں تک پھیلنے سے روکنے کا بہترین طریقہ ہے۔

ماسک پہنا ہمیشہ محفوظ ہے

کووڈ-19 اب بھی ہر روز بے شمار لوگوں کو متاثر کر رہا ہے جن میں بوڑھے، بالغ، نوعمر اور بچے شامل ہیں۔ اس سے قطع نظر کہ آپ کے علاقے میں ماسک کی ضرورت ہے، اگر آپ ماسک پہنتے ہیں تو آپ اور آپ کا خاندان محفوظ رہے گا۔



ماسک کووڈ-19 سے تحفظ فراہم کرتے ہیں

چونکہ کووڈ-19 بہت آسانی سے پھیلتا ہے، اس لیے ماسک پہننے سے آپ، آپ کے دوستوں اور خاندان اور آپ کی کمیونٹی کی حفاظت ہوتی ہے۔

✓ جب آپ ماسک پہنتے ہیں، اگر وائرس ہوا میں موجود ہے تو آپ کے لیے سانس لینے سے بیمار ہونے کا امکان کم ہو جاتا ہے۔

✓ کووڈ-19 کی زد میں آ کر بیمار ہونا اور اس کا معلوم نہ ہونا ممکن ہے، کیونکہ ہر کوئی فرد بیمار محسوس نہیں کرتا ہے۔ اس صورت میں، ماسک پہننے سے دوسروں میں وائرس پھیلنے کا امکان کم ہو جاتا ہے۔

مؤثر ہونے کے لیے ماسک کو مناسب طریقے سے پہننا چاہیے۔



- جب ماسک آپ کے چہرے پر ہو تو اسے مس نہ کریں
- دوبارہ قابل استعمال اپنے ماسک کو کم از کم روزانہ صاف کریں
- اپنے ڈسپوزیبل ماسک کو صرف ایک بار استعمال کریں

- اپنی ناک اور منہ پر ماسک پہنیں
- اس بات کو یقینی بنائیں کہ اوپر یا اطراف سے ہوا کا اخراج نہ ہو
- اپنے ماسک کو صاف ہاتھوں سے پہنیں اور اتاریں