



# КАК БЕЗОПАСНО НОСИТЬ МЕДИЦИНСКУЮ МАСКУ

## НЕПРАВИЛЬНО



ИСПОЛЬЗОВАТЬ  
ПОВРЕЖДЕННУЮ ИЛИ  
ВЛАЖНУЮ МАСКУ



ЗАКРЫВАТЬ МАСКОЙ ТОЛЬКО  
РОТ



НАДЕВАТЬ МАСКУ СЛИШКОМ  
СВОБОДНО



ТРОГАТЬ ВНЕШНЮЮ  
ПОВЕРХНОСТЬ МАСКИ



СНИМАТЬ МАСКУ  
ПРИ РАЗГОВОРЕ



КЛАСТЬ ИСПОЛЬЗОВАННУЮ  
МАСКУ В КАРМАН ИЛИ СУМКУ



ИСПОЛЬЗОВАТЬ МАСКУ  
ПОВТОРНО



ВЫМЫТЬ РУКИ ПЕРЕД  
ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ МАСКИ



ПРОВЕРИТЬ МАСКУ НА НАЛИЧИЕ  
ПОВРЕЖДЕНИЙ



ОПРЕДЕЛИТЬ ВЕРХ МАСКИ (ОН ТАМ,  
ГДЕ НАХОДИТСЯ ФИКСАТОР ДЛЯ  
НОСА)



ЦВЕТНАЯ СТОРОНА МАСКИ -  
СНАРУЖИ, БЕЛАЯ - К ЛИЦУ



ЗАКРЕПИТЬ ПЕТЛИ ЗА УШАМИ



РАСПРАВИТЬ МАСКУ НА ЛИЦЕ,  
ОНА ДОЛЖНА ПРИЛЕГАТЬ  
ПЛОТНО, НО НЕ ТУГО, ПРИКРЫВАЯ  
РОТ, НОС И ПОДБОРОДОК

## ПРАВИЛЬНО



УБЕДИТЬСЯ В ПЛОТНОМ  
ПРИЛЕГАНИИ ФИКСАТОРА К  
ПЕРЕНОСИЦЕ



ИЗБЕГАТЬ ПРИКОСНОВЕНИЙ К  
НАДЕТОЙ МАСКЕ



СНИМАТЬ МАСКУ - ЗА УШНЫЕ  
ПЕТЛИ



СРАЗУ ПОСЛЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ  
ВЫБРОСИТЬ МАСКУ В УРНУ,  
ПРЕДВАРИТЕЛЬНО УПАКОВАВ В  
ПАКЕТ



ТЩАТЕЛЬНО ВЫМЫТЬ РУКИ  
ПОСЛЕ СНЯТИЯ МАСКИ

**ТОЛЬКО МАСКА НЕ СМОЖЕТ  
ЗАЩИТИТЬ ОТ КОРОНАВИРУСА!**

СОБЛЮДАЙТЕ СОЦИАЛЬНУЮ  
ДИСТАНЦИЮ 1,5 -2 МЕТРА И  
ТЩАТЕЛЬНО МОЙТЕ РУКИ!

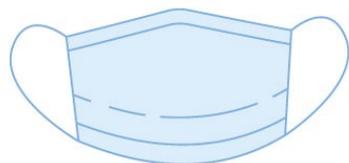
# COVID-19

## МАСКИ – ЭТО СРЕДСТВА ЗАЩИТЫ БАРЬЕРНОГО ТИПА

РОСПОТРЕБНАДЗОР

ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР  
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

Медицинскую одноразовую маску после однократного использования можно выбросить как обычный бытовой мусор



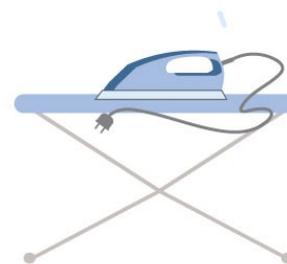
**2-3  
часа**



Многоразовая маска не является медицинским изделием, ее можно использовать повторно только после специальной обработки



**2-3  
часа**



**ВАЖНО!** Маски эффективны только в сочетании с другими методами профилактики (избегание контактов, частое мытье рук, дезинфекция предметов), и потребность в их использовании различна у разных групп людей и в разных ситуациях



## МАСКИ ОБЯЗАТЕЛЬНЫ ДЛЯ ВСЕХ!

### ДЛЯ ЗАЩИТЫ ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ ИСПОЛЬЗУЙТЕ ГИГИЕНИЧЕСКИЕ МАСКИ!

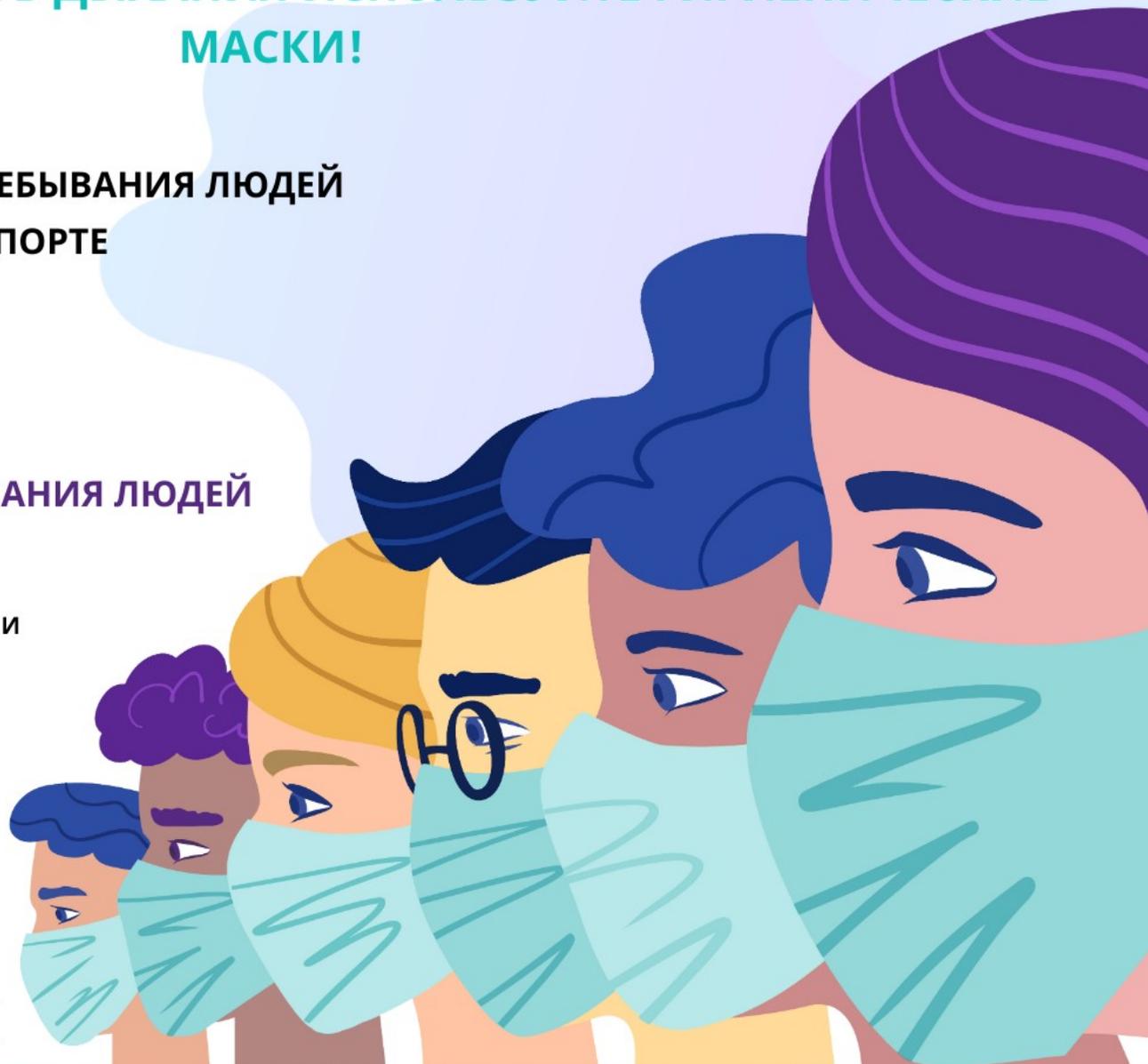
#### ГДЕ?

- В МЕСТАХ МАССОВОГО ПРЕБЫВАНИЯ ЛЮДЕЙ
- В ОБЩЕСТВЕННОМ ТРАНСПОРТЕ
- В ТАКСИ
- НА ПАРКОВКАХ
- В ЛИФТАХ

#### МЕСТА МАССОВОГО ПРЕБЫВАНИЯ ЛЮДЕЙ

- ТЕРРИТОРИИ ОБЩЕГО ПОЛЬЗОВАНИЯ ПОСЕЛЕНИЯ ИЛИ ГОРОДСКОГО ОКРУГА
- СПЕЦИАЛЬНО ОТВЕДЕННЫЕ ТЕРРИТОРИИ ЗА ПРЕДЕЛАМИ ПОСЕЛЕНИЯ ИЛИ ГОРОДСКОГО ОКРУГА
- МЕСТА ОБЩЕГО ПОЛЬЗОВАНИЯ В ЗДАНИИ, СТРОЕНИИ, СООРУЖЕНИИ
- МЕСТА ОБЩЕГО ПОЛЬЗОВАНИЯ НА ЛЮБОМ ОБЪЕКТЕ, ГДЕ ПРИ ОПРЕДЕЛЕННЫХ УСЛОВИЯХ МОЖЕТ ОДНОВРЕМЕННО НАХОДИТЬСЯ БОЛЕЕ 50 ЧЕЛОВЕК

В соответствии с постановлением от 16.10.2020 № 31 «О дополнительных мерах по снижению рисков распространения COVID-19 в период сезонного подъема заболеваемости острыми респираторными вирусными инфекциями и гриппом»

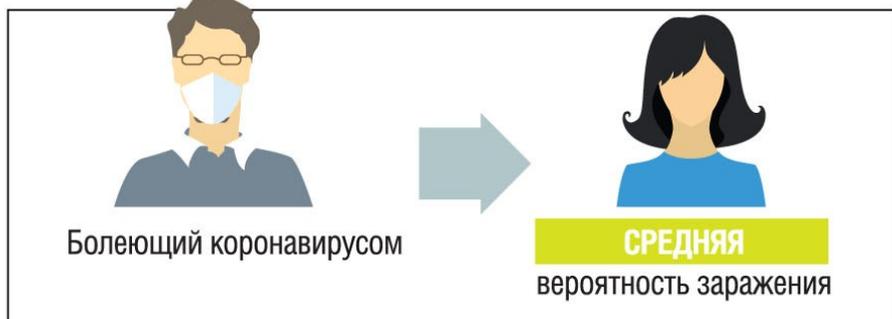
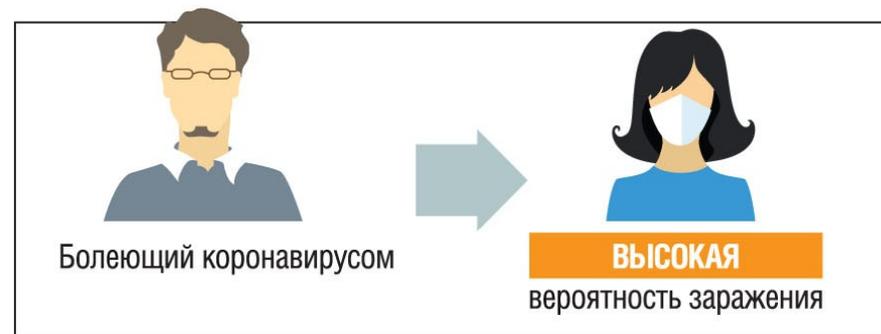


**СТОП COVID-19**

## КОГДА И ЗАЧЕМ НОСИТЬ МАСКИ?

РОСПОТРЕБНАДЗОР

ЕДИНЬЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР  
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43





# МНОГОРАЗОВАЯ ЗАЩИТНАЯ МАСКА

## 1

### КАК ПРАВИЛЬНО НАДЕВАТЬ МАСКУ?

- ПЕРЕД ТЕМ, КАК НАДЕТЬ МАСКУ, ТЩАТЕЛЬНО ВЫМОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ ИЛИ ОБРАБОТАЙТЕ ИХ СПИРТСОДЕРЖАЩИМ ДЕЗИНФИЦИРУЮЩИМ СРЕДСТВОМ
- ЧТОБЫ НАДЕТЬ МАСКУ, ИСПОЛЬЗУЙТЕ ЛЕНТЫ/ЗАКРЕПЛЯЮЩИЕ ПЕТЛИ
- НЕ ПРИКАСАЙТЕСЬ К САМОЙ МАСКЕ, ОСОБЕННО К ЕЁ ВНУТРЕННЕЙ ПОВЕРХНОСТИ, КОТОРАЯ НЕПОСРЕДСТВЕННО ПРИЛЕГАЕТ К ЛИЦУ
- НАДЕВ МАСКУ, УБЕДИТЕСЬ, ЧТО ОНА МАКСИМАЛЬНО ПЛОТНО ПРИЛЕГАЕТ К ЛИЦУ, ЗАКРЫВАЕТ НОС И РОТ

## 2

### КАК ПРАВИЛЬНО СНИМАТЬ МАСКУ?

- ПЕРЕД СНЯТИЕМ МАСКИ ТЩАТЕЛЬНО ВЫМОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ
- ИСПОЛЬЗУЙТЕ КОНЦЫ ЛЕНТ/ЗАКРЕПЛЯЮЩИХ ПЕТЕЛЬ, ЧТОБЫ СНЯТЬ МАСКУ
- НЕ ПРИКАСАЙТЕСЬ К ЛИЦУ И ВНУТРЕННЕЙ ПОВЕРХНОСТИ МАСКИ
- ЕЖЕДНЕВНО СТИРАЙТЕ МНОГОРАЗОВУЮ МАСКУ ПОСЛЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ

## 3

### ПРИ НОШЕНИИ ЗАЩИТНОЙ МАСКИ ПОМНИТЕ О ДРУГИХ ПРАВИЛАХ БЕЗОПАСНОСТИ:

- СОБЛЮДАЙТЕ ДИСТАНЦИЮ НЕ МЕНЕЕ 1,5 МЕТРОВ
- НЕ ПРИКАСАЙТЕСЬ К ЛИЦУ И ГЛАЗАМ
- РЕГУЛЯРНО МОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ





## КАК СТИРАТЬ И ХРАНИТЬ МНОГОРАЗОВУЮ ЗАЩИТНУЮ МАСКУ?

1

СТИРАЙТЕ МНОГОРАЗОВУЮ МАСКУ ЕЖЕДНЕВНО

2

ЕСЛИ ИСПОЛЬЗОВАЛИ МАСКУ БОЛЬШЕ 4 ЧАСОВ, ЕЁ НУЖНО ЗАМЕНИТЬ

3

СТИРАЙТЕ МАСКУ ПРИ ТЕМПЕРАТУРЕ НЕ МЕНЕЕ 60 °С В ТЕЧЕНИЕ КАК МИНИМУМ 30 МИНУТ ИЛИ ПРОКИПАТИТЕ ЕЁ В СПЕЦИАЛЬНО ВЫДЕЛЕННОЙ ДЛЯ ЭТИХ ЦЕЛЕЙ ЕМКОСТИ НЕ МЕНЕЕ 10 МИНУТ

4

ПОСЛЕ ВЫСЫХАНИЯ ПРОГЛАДЬТЕ МАСКУ УТЮГОМ ПРИ МАКСИМАЛЬНОЙ ТЕМПЕРАТУРЕ

5

ХРАНИТЕ ЧИСТУЮ МАСКУ В ПАКЕТЕ С ЗАСТЕЖКОЙ-МОЛНИЕЙ

6

СТАРАЙТЕСЬ СНИМАТЬ МАСКУ КАК МОЖНО РЕЖЕ ПОСЛЕ НАДЕВАНИЯ

7

ЕСЛИ ВАМ НУЖНО НА КОРОТКОЕ ВРЕМЯ СНЯТЬ МАСКУ (НАПРИМЕР, ЧТОБЫ ПОПИТЬ), ПОЛОЖИТЕ ЕЁ В ЧИСТЫЙ ПАКЕТ

8

НЕ ХРАНИТЕ МАСКУ В ХОЛОДИЛЬНИКЕ ИЛИ МОРОЗИЛЬНИКЕ: НИЗКАЯ ТЕМПЕРАТУРА НЕ УБИВАЕТ ВИРУС, НО ПАТОГЕННЫЕ МИКРООРГАНИЗМЫ С ИСПОЛЬЗОВАННОЙ МАСКИ МОГУТ ЗАГРЯЗНИТЬ ПРОДУКТЫ ПИТАНИЯ

9

НЕ СТОИТ ИСПОЛЬЗОВАТЬ МАСКИ ТЕМ, КТО НЕ МОЖЕТ ИХ НОСИТЬ ПРАВИЛЬНО:

- ДЕТИ ДО 12 ЛЕТ
- ЛЮДИ С ОСОБЫМИ ПОТРЕБНОСТЯМИ, КОТОРЫЕ НЕ МОГУТ НОСИТЬ МАСКУ БЕЗ ПОМОЩИ ТРЕТЬИХ ЛИЦ

ПРИ НОШЕНИИ ЗАЩИТНОЙ МАСКИ ПОМНИТЕ О ДРУГИХ ПРАВИЛАХ БЕЗОПАСНОСТИ:

1

СОБЛЮДАЙТЕ ДИСТАНЦИЮ НЕ МЕНЕЕ 1,5 МЕТРОВ

2

НЕ ПРИКАСАЙТЕСЬ К ЛИЦУ И ГЛАЗАМ

3

РЕГУЛЯРНО МОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ

Я ЗАЩИЩАЮ ТЕБЯ, ТЫ ЗАЩИЩАЕШЬ МЕНЯ

[cgon.rospotrebнадзор.ru](http://cgon.rospotrebнадзор.ru)





# ДЕТИ И МАСКИ

## 1 ДЕТИ ДО 5 ЛЕТ МОГУТ НЕ НОСИТЬ МАСКИ

- МАЛЕНЬКИЕ ДЕТИ ЧАСТО НЕ СПОСОБНЫ ПРАВИЛЬНО НОСИТЬ МАСКУ БЕЗ ПОМОЩИ ВЗРОСЛЫХ
- ПРИ НЕОБХОДИМОСТИ, РЕБЕНОК МОЖЕТ ИСПОЛЬЗОВАТЬ МАСКУ, НО ПОД ПРИСМОТРОМ РОДИТЕЛЕЙ

## 2 ДЕТИ 6-11 ЛЕТ МОГУТ НОСИТЬ МАСКИ, ЕСЛИ

- УМЕЮТ БЕЗОПАСНО И ПРАВИЛЬНО ПОЛЬЗОВАТЬСЯ МАСКОЙ
- ЕСТЬ КОНТРОЛЬ СО СТОРОНЫ ВЗРОСЛЫХ ПО БЕЗОПАСНОМУ ИСПОЛЬЗОВАНИЮ МАСКИ
- ЧАСТО КОНТАКТИРУЮТ С ПОЖИЛЫМИ ЛЮДЬМИ И ЛИЦАМИ, СТРАДАЮЩИМИ ФОНОВЫМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ
- В РАЙОНЕ ИХ ПРОЖИВАНИЯ ВЫСОКИЙ УРОВЕНЬ ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ
- МАСКИ ДОСТУПНЫ, ЕСТЬ ВОЗМОЖНОСТЬ ИХ СВОЕВРЕМЕННОЙ ЗАМЕНЫ

## 3 ДЕТИ С 12 ЛЕТ МОГУТ ИСПОЛЬЗОВАТЬ МАСКИ, ТАК ЖЕ, КАК И ВЗРОСЛЫЕ

ОСОБЕННО ВАЖНО НОСИТЬ МАСКУ В МЕСТАХ МАССОВОГО СКОПЛЕНИЯ ЛЮДЕЙ, КОГДА НЕВОЗМОЖНО СОБЛЮДАТЬ ДИСТАНЦИЮ БОЛЕЕ 1 МЕТРА





# МНОГОРАЗОВАЯ ЗАЩИТНАЯ МАСКА КОГДА И ЗАЧЕМ НОСИТЬ?

## 1

### КОГДА НУЖНО ОБЯЗАТЕЛЬНО НОСИТЬ ЗАЩИТНУЮ МАСКУ?

- ЕСЛИ ВЫ ВПЕРВЫЕ КОНТАКТИРУЕТЕ С ЧЕЛОВЕКОМ ИЛИ ГРУППОЙ ЛЮДЕЙ
- В ОБЩЕСТВЕННОМ ТРАНСПОРТЕ, МАГАЗИНАХ, ДРУГИХ ОБЩЕСТВЕННЫХ МЕСТАХ, ОСОБЕННО ПРИ БОЛЬШОМ СКОПЛЕНИИ ЛЮДЕЙ
- ПРИ ПОСЕЩЕНИИ ЛЮДЕЙ ИЗ ГРУПП РИСКА (ВОЗРАСТ 65+, НАЛИЧИЕ ХРОНИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ И Т.Д.), ЕСЛИ ВЫ САМИ ОТНОСИТЕСЬ К ГРУППЕ РИСКА
- ЕСЛИ ВЫ ЧУВСТВУЕТЕ, ЧТО ЗАБОЛЕВАЕТЕ

НАДЕНЬТЕ МАСКУ, ЧТОБЫ СНИЗИТЬ РИСК РАСПРОСТРАНЕНИЯ ВОЗМОЖНОЙ ИНФЕКЦИИ И ЗАРАЖЕНИЯ ОКРУЖАЮЩИХ ВАС ЛЮДЕЙ

## 2

### КАК ПРАВИЛЬНО НАДЕВАТЬ МАСКУ?

- ПЕРЕД ТЕМ, КАК НАДЕВАТЬ МАСКУ, ТЩАТЕЛЬНО ВЫМОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ
- ЧТОБЫ НАДЕТЬ МАСКУ, ИСПОЛЬЗУЙТЕ ЛЕНТЫ/ЗАКРЕПЛЯЮЩИЕ ПЕТЛИ
- НЕ ПРИКАСАЙТЕСЬ К САМОЙ МАСКЕ, ОСОБЕННО К ЕЁ ВНУТРЕННЕЙ ПОВЕРХНОСТИ, КОТОРАЯ НЕПОСРЕДСТВЕННО ПРИЛЕГАЕТ К ВАШЕМУ ЛИЦУ
- НАДЕВ МАСКУ, УБЕДИТЕСЬ, ЧТО ОНА МАКСИМАЛЬНО ПЛОТНО ПРИЛЕГАЕТ К ЛИЦУ, ЗАКРЫВАЕТ НОС И РОТ

## 3

### КАК ПРАВИЛЬНО СНИМАТЬ МАСКУ?

- ПЕРЕД СНЯТИЕМ МАСКИ ТЩАТЕЛЬНО ВЫМОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ
- ИСПОЛЬЗУЙТЕ КОНЦЫ ЛЕНТ/ЗАКРЕПЛЯЮЩИХ ПЕТЕЛЬ, ЧТОБЫ СНЯТЬ МАСКУ
- НЕ ПРИКАСАЙТЕСЬ К ЛИЦУ И ВНУТРЕННЕЙ ЧАСТИ МАСКИ
- ЕЖЕДНЕВНО СТИРАЙТЕ МНОГОРАЗОВУЮ МАСКУ ПОСЛЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ

## 4

### ПРИ НОШЕНИИ ЗАЩИТНОЙ МАСКИ ПОМНИТЕ О ДРУГИХ ПРАВИЛАХ БЕЗОПАСНОСТИ:

- СОБЛЮДАЙТЕ ДИСТАНЦИЮ НЕ МЕНЕЕ 1,5 МЕТРОВ
- НЕ ПРИКАСАЙТЕСЬ К ЛИЦУ И ГЛАЗАМ
- РЕГУЛЯРНО МОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ

