

Penggunaan Kain Penutup Wajah untuk Membantu Memperlambat Penyebaran COVID-19

Cara Memakai Kain Penutup Wajah

Kain penutup wajah harus —

- pas rapat dengan wajah tetapi harus nyaman pada sisi wajah
 - diikat dengan karet atau pengait telinga
 - terdiri dari beberapa lapis kain
 - memungkinkan untuk bernafas tanpa halangan
- dapat dicuci dan dikeringkan tanpa merusak atau mengubah bentuk

MOH pada Kain Penutup Wajah Buatan Sendiri

MOH merekomendasikan untuk memakai kain penutup wajah dalam area publik di mana langkah-langkah social distancing sulit untuk dipertahankan (misalnya, toko kelontong dan apotek), terutama di daerah-daerah dengan transmisi berbasis masyarakat yang signifikan.

MOH juga menyarankan penggunaan kain penutup wajah sederhana untuk memperlambat penyebaran virus dan membantu orang yang mungkin memiliki virus dan tidak mengetahuinya agar tidak menularkannya kepada orang lain. Penutup wajah dari kain yang dibuat dari barang-barang rumah tangga atau dibuat di rumah dari bahan-bahan umum dengan biaya rendah dapat digunakan sebagai tambahan, tindakan kesehatan sukarela dari masyarakat.

Penutup wajah dari kain tidak boleh dipakaikan kepada anak-anak di bawah usia 2 tahun, orang yang mengalami kesulitan bernapas, atau tidak sadarkan diri, tidak mampu atau tidak dapat melepas masker tanpa bantuan.

Penutup wajah dari kain yang disarankan bukanlah masker bedah atau respirator N-95. Itu adalah persediaan darurat yang harus terus dicadangkan untuk petugas kesehatan dan responden medis pertama lainnya, seperti yang direkomendasikan oleh pedoman MOH saat ini.

Apakah kain penutup wajah harus dicuci atau dibersihkan secara teratur? Seberapa sering?

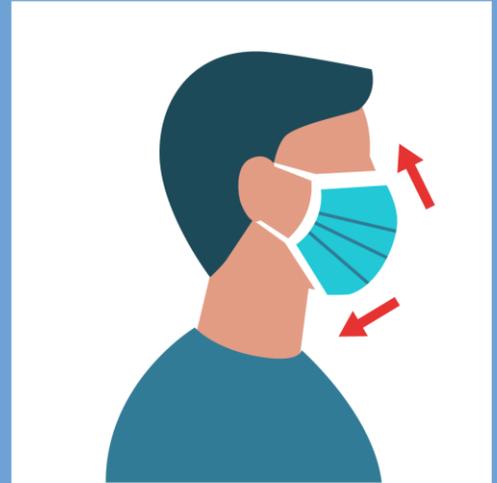
Ya. Kain penutup wajah harus dicuci secara rutin, tergantung pada frekuensi penggunaan.

Bagaimana seseorang mensterilkan / membersihkan penutup wajah dengan aman?

Mesin cuci harus dipastikan untuk mencuci kain penutup wajah dengan bersih dan benar.

Bagaimana cara membuang kain penutup wajah bekas secara aman?

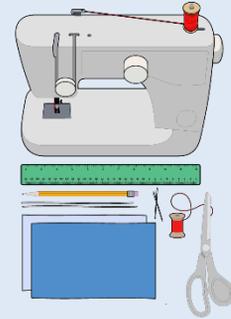
Setiap individu harus berhati-hati untuk tidak menyentuh mata, hidung, dan mulut mereka saat melepas penutup wajah dan segera mencuci tangan setelah melepasnya.



Kain Penutup Wajah Jahit

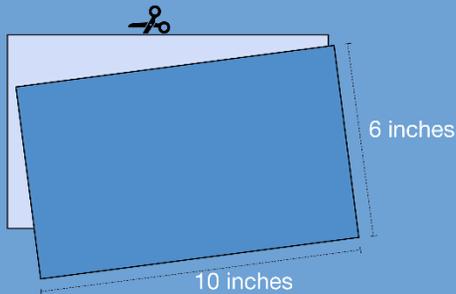
Bahan-bahan

- Dua kain katun persegi panjang ukuran 10" x 6"
- Dua potong karet elastis ukuran 6" (atau karet gelang, tali, strip kain, atau ikat rambut)
- Jarum dan benang (atau jepit rambut)
- Gunting
- Mesin jahit

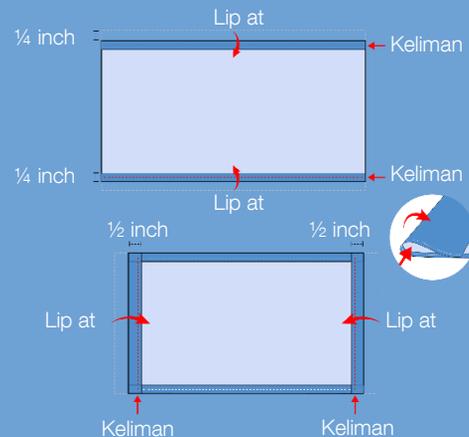


Tutorial

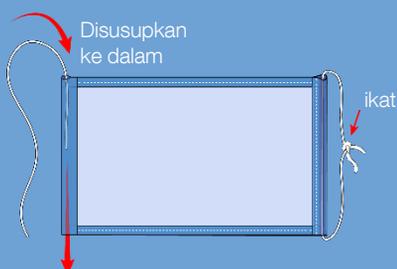
1. Potong dua persegi panjang kain katun berukuran 10 x 6 inci. Gunakan kapas yang dirajut rapat, seperti kain quilting atau seprai katun. Kain bahan kaos dapat digunakan apabila dalam keadaan darurat. Tumpuk kedua kain persegi panjang; Anda akan menjahit masker menjadi seperti selembur kain.



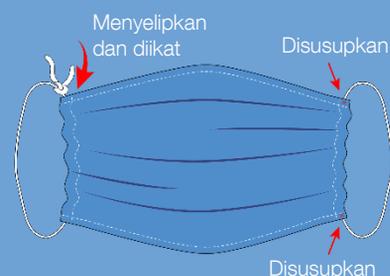
2. Lipat sisi yang panjang sebanyak 1/4 inci dan ujungnya. Kemudian lipat dua lapis kain lebih dari 1/2 inci di sepanjang sisi pendek dan jahit ke bawah.



3. Masukkan karet elastis 6-inci dari panjang 1/8-inci melalui keliman yang lebih luas di setiap sisi masker. Ini akan menjadi kaitan telinga. Gunakan jarum besar atau jepit rambut untuk mengikatnya. Ikat ujungnya dengan kencang. Tidak punya karet elastis? Gunakan ikat rambut atau karet gelang elastis. Jika Anda hanya memiliki tali, Anda bisa membuat ikatan lebih panjang dan mengikat masker di belakang kepala Anda.



4. Perlahan tarik karet elastis sehingga simpul terselip di dalam keliman. Kumpulkan sisi-sisi masker pada karet elastis dan sesuaikan sehingga masker pas dengan wajah Anda. Kemudian, jahitlah karet elastis dengan aman agar tidak mudah lepas.

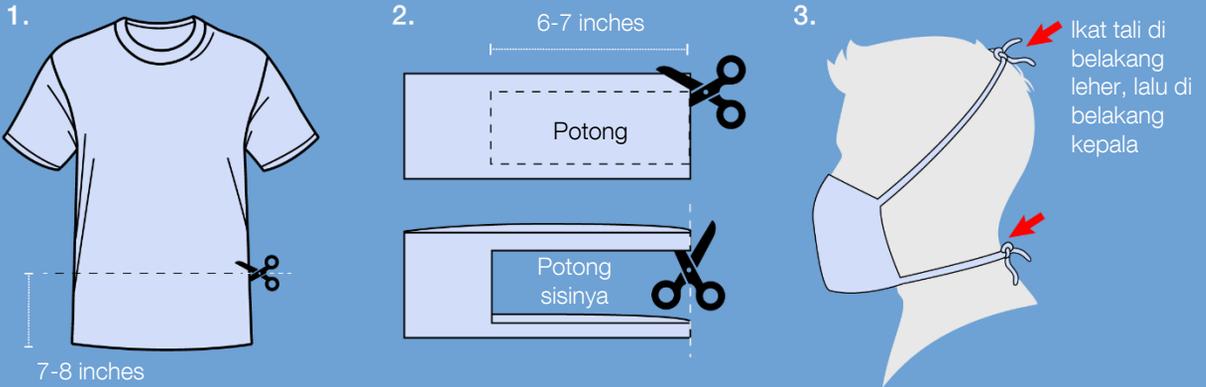


Penutup Wajah dari Potongan Kaos (tanpa dijahit)

Bahan-bahan

- Kaos
- Guntin

Tutorial



Bandana Penutup Wajah (tanpa dijahit)

Bahan-bahan

- Bandana (atau kain katun persegi sekitar 20"x20")
- Filter kopi
- Karet gelang (atau karet rambut)
- Gunting (jika Anda menggunting kaos milik Anda sendiri)

Tutorial

