

Je, tunapaswa kutumia maski (barakoa) ili kuzuia Hali ya Baada ya COVID-19?



Masking Iliyopendekezwa

Inapendekezwa kuwa watu wazima wasio na dalili wavae maski (barakoa) katika maeneo ya ndani ya umma, haswa katika maeneo hatarishi kama vile maeneo yenye watu wengi au yenye hewa dunia. Hii husaidia kupunguza kuenea kwa virusi hata kama hakuna dalili.

Wakati hatari ni kubwa

Kuvaa maski (barakoa) kuna pendekezwa katika hali za hatari. Kwa mfano, wakati kesi za COVID-19 ziko juu au wakati karibu na watu ambao wako katika hatari ya kuugua sana.

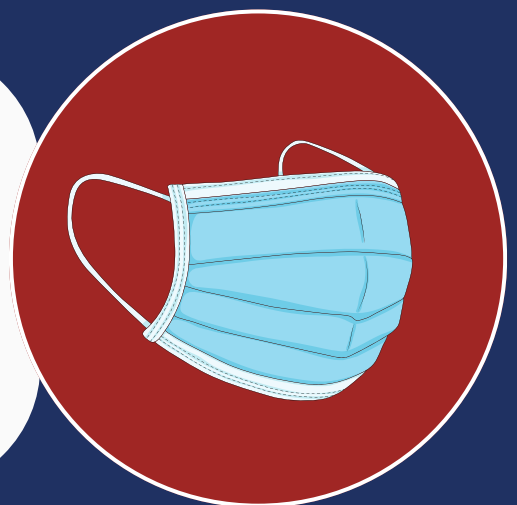


Maski (barakoa) yenye ufanisi zaidi

Uchunguzi kuonyesha kuwa masks ya **N95** au **KN95** yanafaa zaidi. Wanatoa faida ndogo lakini ya ziada kuliko masks ya matibabu au upasuaji.

Maski (barakoa) Mengine

Maski ya matibabu au upasuaji bado hutoa ulinzi fulani. Chagua mask kulingana na kiwango cha hatari, upatikanaji, na jinsi inavyo kufaa. Masks ya nguo hayakukaguliwa katika pendekezo hili.



Afya ya Sayari

Matumizi ya maski (barakoa) yanaweza kudhuru mazingira. Ili kupunguza uzalishaji wa CO₂, tunaweza kutumia barakoa zinazovunjika kwa kawaida, kuvaa barakoa kwa muda mrefu, kuchagua barakoa zilizo na vifungashio kidogo, na kununua vinyago iliyotengenezwa ndani ya nchi.

Changanua msimbo wa QR kwa maelezo zaidi kuhusu kuzuia Hali ya Baada ya COVID-19.

