

सर्जिकल मास्क ठीक से पहनें सर्जिकल मास्क राम्रोसँग लगाउनुहोस् Wear a Surgical Mask Properly

(Hindi Version)

(Urdu Version)

(Nepali Version)

1



मास्क पहनने से पहले हाथों की सफाई करें
मास्क पहनने से पहले हाथों की सफाई करें
मास्क लगाउनु अघि हात धुनुहोस् ।

Perform hand hygiene before wearing a mask

2

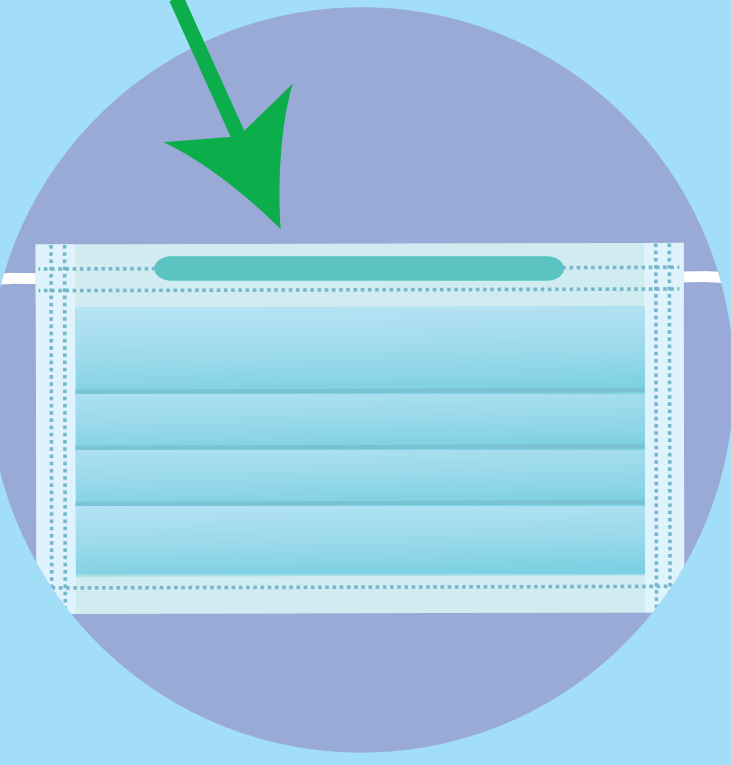


उपयुक्त आकार का मास्क चुनें
(2 वर्ष से कम उम्र के बच्चों के लिए, पर्यवेक्षण के बिना फेस मास्क अनुशंसित नहीं है)
مناسب سائز کا ماسک منتخب کریں
(2 سال سے کم عمر کے بچوں کو بغیر نگرانی کے فیس ماسک تجویز نہیں کیا جاتا)

उपयुक्त साइजको मास्क छानुहोस्
(2 वर्ष मुनिका बच्चाहरुलाई, बिना पर्यवेक्षण मास्क सिफारिश गरिएको छैन)

Choose a mask of appropriate size
(Face mask is not recommended for children under the age of 2 years without supervision)

3



मास्क की रंगीन साइड/ मास्क की नीचे ओर वाला सिलवटों भाग,
बाहर की ओर रखते हुए धातु की पट्टी को ऊपर रखें
रنگीन पक्ष / मास्कको पट्टि भएको भाग तलतिर भइ
बाहिर फर्किएको र धातुको स्ट्रिप माथिल्लो भागमा हुनुपर्छ ।

The coloured side / the side with folds facing downwards of the mask should face outwards with the metallic strip uppermost

4



मास्क को चेहरे पर अच्छी तरह से फिट होना चाहिए। इसे पूरी तरह से मुँह, नाक और
ठोड़ी को पूरी तरह ढकने के लिए खींचें
मास्क को चेहरे पर अच्छी तरह से फिट होना चाहिए। इसे पूरी तरह से मुँह, नाक और
ठोड़ी को पूरी तरह ढकने के लिए खींचें

मास्क अनुहार मा राम्रोसँग फिट हुनुपर्छ । मुख,
नाक र चिउँडोलाई पूरै ढाक्न यसलाई तनकाउनुहोस् ।
Mask should fit snugly over the face.
Extend it to cover fully the mouth, nose and chin

5



बाद में मास्क को छूने से बचें
اس کے بعد मास्क کو چھونے سے گریز کریں
मास्क लगाइसकेपछि नछुनुहोस् ।

Avoid touching the mask afterwards

