



**Australian Government**  
**Department of Health**

## **КОРИСТЕЊЕ НА МАСКИ ЗА ЛИЦЕ ВО ЗАЕДНИЦАТА**

### **Што е коронавирус**

Коронавирусот (КОВИД-19) е инфекција на органите за дишење што се пренесува од човек на човек преку ситни капки предизвикани од кашлањето или кивањето на инфицирано лице.

Коронавирусот исто така може да се пренесе ако допрете предмети или површини на кои има ситни капки што потекнуваат од инфицирано лице, и потоа ја допрете вашата уста или лице.

### **Дали треба да носам маска?**

Со зголемувањето на бројот на случаи на КОВИД-19 во некои делови од Австралија, некои од нас треба да носат маска за лице во јавноста – тоа е или неопходно или препорачливо. Важно е постојано да се следат упатствата во вашата локална област. Ако сте во област во која вашата држава, територија или општина одредила дека треба или мора да носите маска кога сте надвор од дома, ве молиме следете ги нивните упатства. Редовно проверувајте ги интернет-страниците на вашата држава или територија, или проверувајте на [Australia.gov.au](http://Australia.gov.au).

Ве молиме запаметете – маските помагаат да се спречи луѓето кои имаат вирус да го пренесат на други луѓе во заедницата. Ве молиме имајте предвид дека маските се ефикасни само ако се употребуваат заедно со други мерки за контролирање на инфекција.

Дури и кога носите маска за лице, треба да одржувате физичко растојание, добра хигиена на рацете и на дишењето, и да останете дома кога не се чувствувате добро.

### **Како да ја користам маската правилно?**

Важно е маската да се носи правилно, за да се одбегне сè поголемиот ризик да се заразите себеси и другите. Допирањето или вадењето на маската може вирусот да го пренесе на вашите раце.

Ве молиме мијте ги рацете пред да ја ставате маската, веднаш штом ја извадите и секогаш кога ќе ја допрете додека ја носите.

Кога ја носите маската, таа треба да ви ги покрива носот и устата, да лежи добро под брадата, врз горниот дел од носот и од страните на лицето.

Маската не треба да ви виси околу вратот и ве молиме никогаш не го допирајте предниот дел од маската. Ако маската се наводени, треба да ја смените.

### **Што да правам со маската откако ја користев?**

Ако вашата маска е за еднократна употреба, носете ја само еднаш и потоа фрлете ја во канта за отпадоци.

Ако имате маска од ткаенина за повеќекратна употреба, ставете ја во пластична кеса додека да ја исперете.

Маските од ткаенина може да се перат во машина со перење, заедно со друга облека.

Исто така може да ја перете на раце со сапун и вода со највисока препорачана температура за видот на ткаенината.

Пред повторно да ја користите маската од ткаенина, целосно исушете ја во машина за сушење алишта или на свеж воздух.

### **Останете безбедни од КОВИД**

За да се заштитат нашите заедници, сите треба да продолжиме да ги правиме трите најважни работи за да се спречи ширењето на вирусот:

- Да се држиме најмалку 1,5 метар подалеку од други луѓе секогаш и секаде каде што можеме.
- Да спроведуваме добра хигиена со тоа што редовно ќе ги миеме рацете со сапун и вода. Ако сапун и вода не се достапни, користете средство за дезинфекција на рацете на база на алкохол. Не си го допирајте лицето и запаметете - кога кашлате или кивате, устата и носот покривајте ги со внатрешниот дел од лактото, а не со рака.
- Инсталирајте ја апликацијата COVIDSafe. Таа помага да се знае со кои луѓе сте биле во близок контакт.

Сега повеќе од било кога е важно да останете дома ако имате симптоми на настинка или грип. Ако имате температура, треска, кашлате, ве боли грлото или дишењето ви е отежнато, тестирајте се за коронавирус. Сите можеме да придонесеме да го спречиме ширењето на КОВИД-19.

### **Нови информации за апликацијата COVIDSafe**

Покрај англискиот, апликацијата COVIDSafe е сега достапна и на арапски, поедноставен и традиционален кинески, виетнамски и корејски. Наскоро апликацијата ќе биде достапна и на италијански и грчки.

Апликацијата COVIDSafe им помага на здравствените службеници да ги известуваат луѓето кои биле во контакт со некој кој има КОВИД-19. Ако сте ја инсталирале апликацијата, имате избор на здравствените службеници да им овозможите пристап до информациите во апликацијата. Тоа ќе им овозможи брзо да ги идентификуваат и контактираат вистинските луѓе и да го спречат ширењето на вирусот.

### **Повеќе информации за КОВИД-19**

Важно е да останете информирани од официјални извори. Посетете ја интернет-страницата [health.gov.au](https://www.health.gov.au), јавете се на дежурната линија за коронавирус на 1800 020 080 или на преведувачката служба на 131 450.