



วิธีทำความสะอาดหน้ากากผ้า
How to wash cloth mask
အဝတ် ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းစည်း(mask) ကို မည်သို့လျှော်ဖွတ်ရမည်နည်း။
วิธีทำความสะอาดหน้ากากผ้า
วิธีซักหน้ากากผ้า

ວິທີທຳຄວາມສະອາດໜ້າກາກຜ້າ



ບໍ່ຄວນໃຊ້ຊ້າ
ຕ້ອງຊັກໜ້າກາກທຸກມື້



ຊັກດ້ວຍນໍ້າສະບູ ຫຼື
ຊັກດ້ວຍນໍ້າຢາຂ້າເຊື້ອ
(ບໍ່ຄວນໃສ່ແຟັບ ແລະ ແຊ່ຖິ້ມໄວ້ດົນ)



ຊັກເບົາໆໃຫ້ທົ່ວທັງຜິນ



ລ້າງດ້ວຍນໍ້າສະອາດ ແລະ
ບິດນໍ້າອອກໃຫ້ໝົດ



ເປົ່າພັດລົມໃຫ້ແຫ້ງ ຫລື
ຕາກແດດບໍ່ເກີນ 5 ນາທີ



ຢ່າຊັກໜ້າກາກດ້ວຍຕູ້ຊັກຜ້າ



វិធីបោកសម្អាតម៉ាសក្រណាត់



សូមកុំប្រើម៉ាសដដែលៗ ត្រូវបោកសម្អាតជាប្រចាំ



សូមបោកសម្អាតជាមួយសាប៊ូ ឬទឹកសម្លាប់មេរោគ (សូមកុំត្រាំជាមួយសាប៊ូម្សៅយូរពេក)



សូមញីថ្មមៗអោយសព្វបរិវេណម៉ាស



លាងសម្អាតជាមួយទឹក និងគ្រលាសអោយស្អាតល្អ



ដាក់កង្ហារសម្ងាត់ ឬហាលថ្ងៃមិនលើស៥នាទី



សូមកុំបោកគក់ដោយប្រើ ប្រាស់ម៉ាស៊ីនបោកខោអាវ



အဝတ် ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းစည်း(mask) ကို မည်သို့လျှော်ဖွတ်ရမည်နည်း။



အဝတ်ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းစည်း(mask) ကို ထပ်ခါတလဲလဲအသုံးမပြုပါနှင့်။ နေ့စဉ်လျှော်ပေးပါ။



ဆပ်ပြာနှင့်ရေ (သို့) ပိုးသတ်ဆေးဖြင့် လျှော်ဖွတ်ပါ။ (ဆပ်ပြာမှန်မသုံးသင့်ပါ။ အချိန်အကြာကြီးစိမ်းထားခြင်း မလုပ်သင့်ပါ)



အဝတ်ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းစည်း(mask) တစ်ခုလုံးအား ညှင်သာစွာဖွတ်ပေးပါ။



ရေဖြင့်လျှော်ပြီး ရေကိုညှစ်ပစ်ပါ။



ပန်ကာလေ (သို့) နေရောင်ခြည်ဖြင့် ငါးမိနစ်ထက်မပိုစေဘဲ အခြောက်ခံပါ။



အဝတ်ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းစည်း (mask) ကို အဝတ်လျှော်စက်ဖြင့် မလျှော်ပါနှင့်။



How to wash cloth mask



Do not use the same facemask repeatedly; wash it every day if reusable.



Wash with soap and water or with an antiseptic (Do not use powdered detergents or immerse for a long time)



Gently rub all over the mask



Wash with water and wring the water out



Blow dry with a fan, or dry under the sun for no longer than 5 minutes



Do not wash the facemask with the washing machine



วิธีทำความสะอาดหน้ากากผ้า



ไม่ใช้ซ้ำ
ต้องซักหน้ากากทุกวัน



ซักด้วยน้ำสบู่
หรือซักด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อ
(ไม่แช่ทิ้งไว้และไม่ใช้ผงซักฟอก)



ขยี้เบาๆ ให้ทั่วทั้งผืน



ล้างทำความสะอาดและ
บิดน้ำให้หมาด



เป่าพัดลมให้แห้งหรือตาก
แดดไม่เกิน 5 นาที



อย่าซักหน้ากากด้วย
เครื่องซักผ้า

