

घर और समुदाय में सेवाएँ प्राप्त करने वाले

व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण (PPE) का उपयोग और संरक्षण

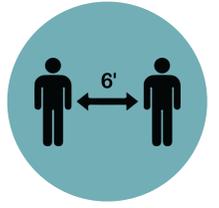


घर पर विज़िट के दौरान



अपने मुँह और नाक को कवर करने वाली कपड़े की फेस कवरिंग पहनें। अगर आपके पास कपड़े की फेस कवरिंग नहीं है तो आप रूमाल या स्कार्फ़ का भी इस्तेमाल कर सकते हैं। फेस कवरिंग को रोज़ धोएँ और सुखाएँ। अगर फेस कवरिंग गंदी हो जाती है, तो जितना जल्दी से जल्दी हो सके, उसे बदल लें।

जितना संभव हो, तो उन लोगों से कम से कम छह फीट की दूरी पर रहें जो आपके साथ नहीं रहते हैं।



साबुन और पानी से अपने हाथ अक्सर धोएँ या जब साबुन उपलब्ध न हो तो हैंड सेनेटाइज़र का इस्तेमाल करें। बाथरूम जाने के बाद; भोजन बनाने से पहले, के दौरान और बाद में; खाना खाने से पहले; अपनी नाक साफ करने के बाद, खांसी आने पर या छींके आने पर; और कूड़ा-करकट छूने के बाद हमेशा अपने हाथ धोएँ।

अपने घर को और अक्सर छुई जाने वाली सभी सतहों को कीटाणुनाशक से पोंछकर साफ रखें। अक्सर छुई जाने वाली सतहों में शामिल हैं, जिन्हें साफ रखा जाना चाहिए: दरवाजे और दरवाजे के हैंडल, टीवी रिमोट, कंप्यूटर कीबोर्ड, फोन और टैबलेट, काउंटर और टेबल, सिंक और नल, और सहायक उपकरण।



अन्य सर्वोत्तम तरीके:

- अपने चेहरे, आंखों या मुँह को न छुएँ
- खांसी आने या छींके आने पर अपनी बांह की आस्तीन का इस्तेमाल करें

अतिरिक्त संसाधन:

- [अपने घर को साफ करने और कीटाणु रहित करने के बारे में CDC के दिशा-निर्देश](#)
- [PPE का अधिक से अधिक उपयोग करने पर CDC के दिशा-निर्देश](#)
- [PPE के बारे में WI DHS के दिशा-निर्देश](#)
- [कपड़े की फेस कवरिंग के बारे में CDC की जानकारी](#)

