

Припиніть вдихати частки в повітрі – використовуйте одноразовий респіратор

Маски НЕ всі однакові

Важливі три речі: відповідність, фільтр і функція

Респіратори - це найкращий вид масок. Вони захищають вас **та** інших.

Деякі респіратори призначені для запобігання вдиханню частинок у повітрі, таких як віруси та дим лісових пожеж. Інші запобігають вдиханню газів, парів або туману. (Існують також багаторазові респіратори, які називаються еластомерами.)



Водноразових респіраторах, які захищають вас від частинок, використовуються спеціальні матеріали для фільтрації того, що ви вдихаєте та видихаєте (дивіться малюнок). Вони погано працюють, якщо намокають або забруднюються.

Сертифіковані респіратори будуть називатися **N95** або **N99** і мати номер **CA** або **NIOSH**. За правильного використання вони відфільтрують майже всі частинки в повітрі.

На відміну від інших масок, більшість респіраторів не мають вушних петель. Щоб бути сертифікованим як респіратор, їм потрібні **два ремінці для гарного прилягання**. Волосся на вашому обличчі по краях респіратора можуть спричинити витік

під час вдиху чи видиху.

Одягання респіратора

Якщо ви збираєтеся одягнути щось на голову або на шию, спершу надягніть респіратор.



Вийміть респіратор з упаковки. Розтягніть ремінь..

Тримайте його логотипом назовні та вгору. Відкрийте верхній і нижній

клапани повністю. Стисніть нижній і верхній клапани та витягніть їх. Роблячи це, загнути наконечник для носа навколо великого пальця. Намагайтеся не торкатися внутрішньої сторони.

римайте респіратор в одній руці. Візьміть ремінці на зовнішню сторону вашої руки.. Покладіть його на обличчя так, щоб металевий носовий наконечник був над верхівкою (переніссям) вашого носа. Поки що не натискайте.

Переконайтеся, що нижня панель щільно прилягає до вашого підборіддя. (Деяким людям легше спершу засунути низ респіратора під підборіддя.)



Немає значення, який ремінь одягається першим. **Верхній ремінь** затягується **на потилицю**, тому він не рухатиметься. **Нижній ремінь** зазвичай затягується через вашу голову та нижче вух **навколо вашої шиї**. Він повинен прилягати до шкіри, а не навколо вашого волосся.

Респіратор повинен зручно сидіти на обличчі. Клапан повинен залишатися нескладеним. Переконайтеся, що ніщо не заважає гарному приляганню до вашого обличчя. Перевірте зачіску, прикраси та одяг.

Кінчиками пальців **обох** рук натисніть на **металевий носовий наконечник** у місці, де ваш ніс стикається зі щоками. (Затиснувши верхню частину носа, там може залишитися простір.)



Зробіть так, щоб він відповідав формі всього вашого носа та ваших щік. Це дає ущільнення.

Перевірка прилягання (на герметичність)

Закрийте центральну панель руками. Різко вдихніть і видихніть. Будьте обережні, щоб не рухати респіратор.



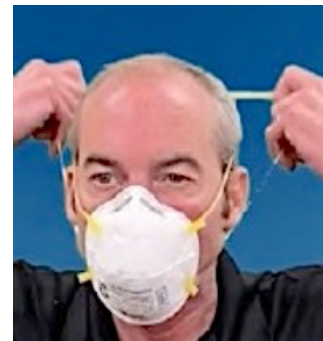
Якщо він не має хорошого ущільнення, ви повинні відчути, як виходить повітря. Якщо повітря витікає навколо носа або ваші окуляри запотівають, відрегулюйте металеві смужки. Якщо повітря витікає з боків, відрегулюйте ремені для голови. **Переконайтеся, що респіратор щільно прилягає до обличчя.**

Перевіряйте ущільнення **кожного разу**, коли надягаєте респіратор.

Зняття респіратора

Частинки повинні затримуватися всередині фільтруючого матеріалу. Якщо є проблема з мікробами, не торкайтеся внутрішньої частини респіратора.

Найпростіший спосіб зняти респіратор - обережно взятися за нижній ремінь і обережно потягнути його через голову. Виконайте те ж саме з верхньою стрічкою. Вони повинні легко зніматися.



Ви можете використовувати респіратор повторно

Це одноразові респіратори. Їх можна використовувати кілька разів. **Якщо він мокрий або брудний, він не працюватиме належним чином.** Він також не працюватиме належним чином, якщо ременці надто ослабляться.

Якщо ви хочете знову використовувати респіратор, повісьте його в чистому місці (паперовий, а не пластиковий, пакет підійде, якщо він може забруднитися). Якщо у вас більше ніж один респіратор, ви можете використовувати інший кожного дня.

Коли респіратор не можна використовувати (знову)

Якщо одноразовий респіратор брудний або вологий, або ремені ослаблені, викиньте його у смітник, якщо немає програми переробки респіраторів.



OHCO

Occupational Health Clinics
for Ontario Workers Inc.

Centres de santé des
travailleurs (ses) de l'Ontario Inc.

Адреса електронної пошти: mfw@ohcow.on.ca

Для отримання додаткової інформації про те, як працюють одноразові респіратори, дивіться «Геніальність масок N95» (<https://bit.ly/44lamiA>).

13 Березня, 2024