



World Health
Organization
Thailand

วิธีสวมใส่ ใช้ ถอด และทิ้งหน้ากากอนามัย

1



ล้างมือด้วยเจลแอลกอฮอล์ หรือ
สบู่และน้ำก่อนสวมหน้ากาก
อนามัย

2



สวมหน้ากากอนามัยให้ครอบปาก
และจมูก ไม่ให้มีช่องว่างระหว่าง
ใบหน้าและหน้ากากอนามัย
หลีกเลี่ยงการสัมผัสหน้ากาก
อนามัยขณะใช้งาน ถ้าหากเสี่ยง
ไม่ได้ ให้ล้างมือด้วยเจล
แอลกอฮอล์หรือสบู่และน้ำ

3



เปลี่ยนหน้ากากอนามัยทันทีเมื่อ
หน้ากากอนามัยชื้น และห้ามนำ
หน้ากากอนามัยแบบใช้ครั้งเดียว
กลับมาใช้ซ้ำอีก

4



ถอดหน้ากากอนามัยจาก
ด้านหลัง (อย่าสัมผัสด้านหน้าของ
หน้ากาก) ทิ้งหน้ากากอนามัย
ทันทีในถังขยะที่มีฝาปิด แล้วล้าง
มือด้วยเจลแอลกอฮอล์ หรือสบู่
และน้ำ

 [who.int/thailand](https://www.who.int/thailand)

 [@WHOThailand](https://twitter.com/WHOThailand)

 [WHOThailand](https://www.facebook.com/WHOThailand)