

ਹੱਥਾਂ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ- ਹੱਥਾਂ ਅਤੇ ਕਲਾਈ ਹਰ ਸਤਹ ਹਰ ਥਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ



ਗਾਊਨ

1. ਗਰਦਨ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਗੋਡਿਆਂ, ਬਾਹਵਾਂ ਤੋਂ ਲੈਕੇ ਕਲਾਈ ਤੀਕ ਧੜ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਢੱਕ ਲਉ ਅਤੇ ਗਰਦਨ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਅਤੇ ਲੱਕ ਦੁਆਲੇ ਗੰਡ ਬੰਨ੍ਹ ਲਉ।



ਨਕਾਬ ਜਾਂ ਰੈਸਪੀਰੇਟਰ

1. ਆਪਣੇ ਸਿਰ ਦੀ ਚੋਟੀ ਅਤੇ ਗਰਦਨ ਵਖੇ ਗੰਢਾਂ ਜਾਂ ਰਬੜ ਕੱਸ ਲਉ (ਕੰਨਾਂ ਉੱਪਰ ਲੂਪ ਫਿਟ ਕਰ ਲਉ)।
2. ਚਿਹਰੇ ਤੇ ਠੋਡੀ 'ਤੇ ਫਿਟ ਕਰ ਲਉ।
3. ਨੱਕ ਦੇ ਪੁਲ 'ਤੇ ਲਚਕਦਾਰ ਬੈਂਡ ਬਣ ਜਾਵੇ।
4. ਜੇ N95 ਰੈਸਪੀਰੇਟਰ ਵਰਤਦੇ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਫਿਟ ਹੋਣ ਬਾਰੇ ਚੈਕ ਕਰੋ।

ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ

1. ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵਾਸਤੇ ਗਾਗਲਜ਼, ਪੂਰੇ ਚਿਹਰੇ ਵਾਲੀ ਸ਼ੀਲਡ, ਜਾਂ ਵਾਈਜ਼ਰ ਵਾਲੇ ਨਕਾਬ ਸੱਭ ਪਰਵਾਨਗੀਯੋਗ ਹਨ। ਜੇ ਮੂੰਹ ਢਕਣ ਵਾਲੀ ਸ਼ੀਲਡ/ਵਾਈਜ਼ਰ ਵਰਤਦੇ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਤਾਂ ਇਹ ਭਰਵੱਟਿਆਂ 'ਤੇ ਫਿੱਟ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।
2. ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਨੁਸਖੇ ਵਾਲੀਆਂ ਜਾਂ ਫੈਸ਼ਨ ਲਈ ਅੱਖਾਂ ਦੀਆਂ ਐਨਕਾਂ ਅੱਖ ਦੀ ਵਾਜਬ ਸੁਰੱਖਿਆ ਮੁਹਈਆ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀਆਂ।
3. ਚਿਹਰੇ ਅਤੇ ਅੱਖਾਂ 'ਤੇ ਰੱਖ ਕੇ ਹੇਠ ਉੱਤੇ ਕਰੋ ਕਿ ਫਿਟ ਹੋਵੇ।

ਦਸਤਾਨੇ

1. ਗਾਊਨ ਦੇ ਕਢ ਤੀਕ ਜਾਂਦੇ ਹੋਣ।
2. ਦਸਤਾਨਿਆਂ ਵਾਲੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਚਿਹਰੇ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਸਤਹ ਛੋਹਣੀ ਸੀਮਤ ਕਰੋ।
3. ਜਦੋਂ ਵੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ, ਦਸਤਾਨੇ ਬਦਲੋ ਅਤੇ ਹੱਥ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ (ਭਾਵ, ਵੇਖਣ ਨੂੰ ਮੈਲੇ ਹੋਣ, ਦੂਸ਼ਤ ਤੇ ਸਾਫ਼ ਕੰਮਾਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ)।

