

Namna ya Kuondoa Glavu

Novel Coronavirus 2019 (COVID-19)

Ikiwa sekta yako inapendekeza utumizi wa glavu zinazoweza kutolewa, ni muhimu viondolewe vizuri ili kujikinga na pia kuzuia maambukizi.



Shikilia sehemu ya nje ya glavu moja kwenye kiwiko.



Chambua glavu mbali na mwili wako ukiivuta ndani nje.



Shikilia glavu uliyoiondoa kwenye mkono ulio na glavu.



Chambua glavu ya pili kwa kuweka vidole vyako ndani ya glavu juu ya kiwiko chako.



Geuza glavu ya pili ndani nje huku ukiivuta mbali na mwili wako, ukiiacha glavu ya kwanza ndani ya ile ya pili.



Tupa glavu kwa njia liyo salama. Usizitumie tena glavu hizo.



Osha mikono yako kwa sabuni na maji angalau kwa sekunde 20 baada ya kuondoa glavu.