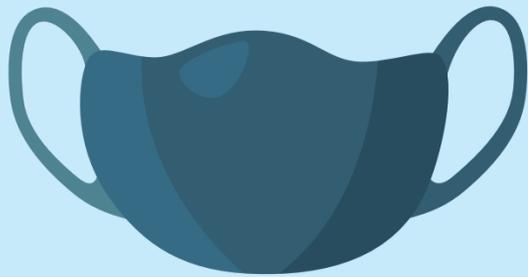


# Kenapa Kita Harus Pakai **MASKER?**



Menurut CDC (Centers for Disease Control and Prevention), masker bisa menurunkan risiko penyebaran COVID-19 karena penyakit ini umumnya menyebar melalui cairan pernapasan yang diproduksi ketika orang yang terinfeksi batuk, bersin, atau berbicara. Cairan itu bisa menempel di area mulut atau hidung orang lain yang ada di dekatnya dan mungkin terhirup ke paru-paru. Agar efektivitasnya optimal, kenali kelebihan dan kekurangan dari pilihan masker yang ada.



## Masker Kain

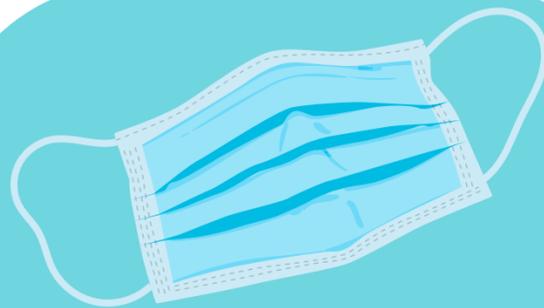
Yang disarankan pemerintah untuk digunakan oleh masyarakat umum saat pergi ke tempat umum atau berinteraksi dengan orang lain.

### Kelebihan:

Harganya lebih ekonomis dan bisa dipakai ulang setelah dicuci bersih.

### Kekurangan:

Efektivitasnya dalam memfilter bakteri dan virus paling rendah jika dibandingkan masker bedah atau N95.



## Masker Bedah

Diperuntukkan bagi tenaga kesehatan atau orang yang sakit. Memiliki tiga lapisan.

### Kelebihan:

Harganya tidak semahal masker N95. Tidak mengganggu kenyamanan pernapasan.

### Kekurangan:

Tidak seefektif masker N95 dalam mencegah penularan virus. Mudah bergeser saat dipakai sehingga menimbulkan celah masuk bagi udara.



## Masker N95

Disarankan untuk digunakan oleh tenaga medis yang menangani pasien dengan risiko infeksi tinggi.

### Kelebihan:

Masker ini mampu menyaring udara hingga 95% sehingga lebih direkomendasikan untuk pencegahan penyebaran virus Corona.

### Kekurangan:

Harganya lebih mahal.

(Sumber: berbagai sumber)



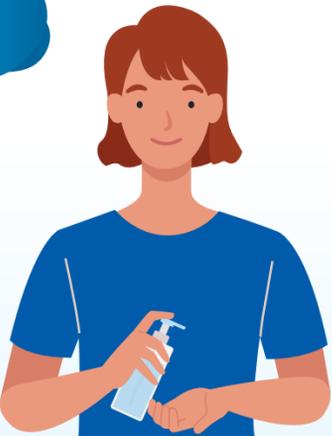
Mandiri Inhealth



Mandiri\_Inhealth\_

# Cara Tepat Pakai MASKER

Agar masker dapat memberikan perlindungan optimal, pastikan cara Anda menggunakannya sudah tepat.

- 

1 Sebelum memasang masker, cuci tangan Anda atau gunakan hand sanitizer.
- 

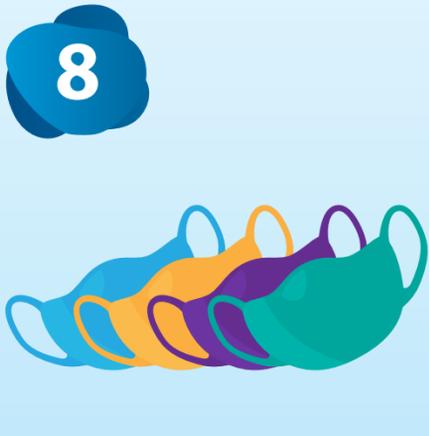
2 Pasang masker dengan tepat, jangan terbalik antara bagian dalam dan luar, atau sisi atas dan bawah.
- 

3 Pastikan masker menutupi bagian mulut dan hidung dengan baik dan tidak ada celah antara wajah dan masker.
- 

4 Jangan menyentuh masker saat digunakan. Jika tersentuh, segera cuci tangan.
- 

5 Ganti masker setelah 4 jam pemakaian, atau jika basah dan lembab.
- 

6 Lepas masker dari bagian tali. Gunting masker sekali pakai yang sudah digunakan dan buang ke tempat sampah tertutup.
- 

7 Jika menggunakan masker kain, cuci masker kain yang telah digunakan dengan air panas dan deterjen.
- 

8 Pengguna masker kain sebaiknya memiliki lebih dari satu masker kain yang bisa digunakan ketika masker lainnya dicuci.

(Sumber: covid19.go.id dan cnnindonesia.com)