



# ارتدي كمامة للوجه

## Wear a Face Mask

To limit the spread of the virus that causes COVID-19, we are asking all patients and visitors in the hospital to wear face masks anytime you are around other people. You will be given a face mask when you arrive. If you come in wearing a homemade mask, you will be asked to remove it and wear the mask we provide to you. If you are admitted to the hospital, you will also be given a paper bag to store your mask when you are not wearing it.

For your safety, we will not give you a mask to wear if you are having problems breathing or if you are not able to remove a mask without help.

للحد من انتشار الفيروس المسبب لمرض كوفيد-19، نطلب من جميع المرضى والزائرين في المستشفى ارتداء كمامات الوجه في أي وقت تتواجد فيه مع آخرين. سوف تحصل على كمامة للوجه لدى وصولك. إذا ما حضرت وأنت ترتدي كمامة مصنوعة في المنزل، سنطلب منك خلعها وارتداء الكمامة التي وفرناها لك. في حالة الدخول إلى المستشفى، سوف نعطيك كذلك كيس ورقي لتخزين الكمامة في حال عدم ارتدائها.

لسلامتك، لن نعطيك كمامة لارتدائها إذا كنت تعاني من مشكلة في التنفس أو إذا لم يكن بإمكانك خلع الكمامة من دون مساعدة.

## Wearing the mask

- Wash your hands well before putting the mask on and after taking it off. Also wash your hands if you touch the mask to adjust it. Use soap and water or alcohol based hand sanitizer.
- Fit the elastic bands behind your ears, or tie the top ties at the middle of your head and the bottom ties around the back of your neck.
- Pinch the wire at the top of the mask edge around the top of your nose to make a snug fit.



## ارتداء الكمامة

- اغسل يديك جيداً قبل ارتداء الكمامة وبعد خلعها. اغسل يديك كذلك في حالة لمس الكمامة لتعديل وضعها. استخدم الماء والصابون أو استخدم مطهر لليدين مصنوع من الكحول.
- تثبت الأشرطة المرنة خلف أذنيك، أو اربط الرباطين العلويين في منتصف الرأس والرباطين السفليين في الجزء الخلفي من العنق.
- اضغط على السلك الموجود أعلى حافة الكمامة حول أنفك لكي تناسبك تمامًا.

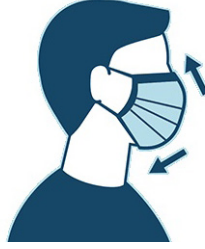


THE OHIO STATE UNIVERSITY

WEXNER MEDICAL CENTER

wexnermedical.osu.edu

- Pull the bottom of the mask down over your chin. Be sure the mask covers your nose and mouth.
- Try to avoid touching the mask to prevent spreading germs to or from the mask.



- ضع الجزء السفلي من الكمامة فوق ذقنك. تحقق من تغطية الكمامة لأنفك وفمك.
- تجنب ملامسة الكمامة لتجنب انتشار الجراثيم إلى الكمامة أو منها.

**Wear the mask anytime you are in a room with other people, anytime someone comes into your room and anytime you leave your patient room.** You can remove the mask if you are alone in your patient room. If you are sharing a room with another patient and the curtain is pulled across the room, you can remove your mask if no care providers are in the room.

ينبغي ارتداء الكمامة في أي وقت تتواجد فيه مع آخرين في أحد الغرف، وفي أي وقت يدخل شخص إلى غرفتك وفي أي وقت تترك فيه غرفة المرضى. يمكنك خلع الكمامة إذا كنت تجلس بمفردك في غرفة المرضى. إذا كنت تشارك الغرفة مع مريض آخر، وتم سحب الستائر في منتصف الغرفة، يمكنك خلع الكمامة في حالة عدم تواجد أي من مقدمي الرعاية في الغرفة.

## Removing and storing your mask

You will be given a paper bag with your name on it to store your mask when you take it off.

- Wash your hands well.
- Remove the mask without touching the front of the mask.
  - Grab the elastic bands from behind your ears to remove the mask away from your face

### OR

- Untie the bottom ties and then untie the top ties. Holding onto the top ties, remove the mask away from your face.
- Fold the mask with the inside facing out, long sides together, and place it in the paper bag. Fold the top of the bag over to close it. Wash your hands again.

When you need to put the mask back on, wash your hands. Open the bag and grab the elastic band or ties to remove the mask from the bag. Unfold the mask and put it on.

## خلع الكمامة وتخزينها

سوف تحصل على كيس ورقي عليه اسمك لتخزين كمامتك عند خلعها.

- اغسل يديك جيدًا.
- اخلع الكمامة من دون أن تلمس الجزء الأمامي من الكمامة.
- امسك الأربطة المرنة من خلف الأذنين لخلع الكمامة بعيدًا عن وجهك

أو

- قم بفك الأربطة السفلية ثم قم بفك الأربطة العلوية. اخلع الكمامة بعيدًا عن وجهك وأنت ممسك بالأربطة العلوية.

- قم بطي الكمامة بحيث يكون الجزء الداخلي مواجهًا إلى الخارج، وبحيث يكون الجانبين الطويلين معًا، وضعها في الكيس الورقي. اطوي الجزء العلوي من الكيس لإغلاقه. اغسل يديك مرة أخرى.

عند الحاجة إلى ارتداء الكمامة من جديد، اغسل يديك. افتح الكيس وأمسك بالشريط المرن أو الأربطة لإخراج الكمامة من الكيس. افرد الكمامة المثنية وارتيدها من جديد.