របៀបធ្វើម៉ាស់ក្រណាត់

Design and preparation of cloth mask - Khmer

ដើម្បីធ្វើម៉ាស់ក្រណាត់នេះ អ្នកនឹងចាំបាច់ត្រូវការ៖

សមាសភាគ	បរិមាណ និងវិមាត្រ	ប្រភេទសម្ភារៈ	ឧទាហរណ៍នៃសម្ភារៈ
ស្រទាប់ខាងក្រៅ	1 ដុំ 25 សម x 25 សម	ក្រណាត់មិនជ្រាបទឹក (polyester/polypropylene)	• សម្លៀកបំពាក់ • ថង់ទិញឥវ៉ាន់ 'បៃតង' ដែលអាចប្រើឡើងវិញបាន • សម្លៀកបំពាក់ហាត់ប្រាណ (ស្តូតរហ័ស)
ស្រទាប់កណ្តាល	1 ដុំ 25 សម x 25 សម	ក្រណាត់លាយផ្សំគ្នា (កប្បាសលាយផ្សំនឹង polyester / polypropylene)	ស្រទាប់ដដែលៗនេះ៖ • សម្លៀកបំពាក់ ឬ • ថង់ទិញឥវ៉ាន់ 'បៃតង' ដែលអាចប្រើឡើងវិញបាន
ស្រទាប់ខាងក្នុង	1 ដុំ 25 សម x 25 សម	ក្រណាត់ជ្រាបទឹក (កប្បាស)	• សម្លៀកបំពាក់
ខ្សែព័ទ្ធជុំវិញត្រចៀក	2 ដុំ 20 សម នីមួយៗ	ខ្សែយឺត ឬខ្សែ ឬបន្ទះក្រណាត់	• អាវយឺត • ខ្សែស្បែកជើង

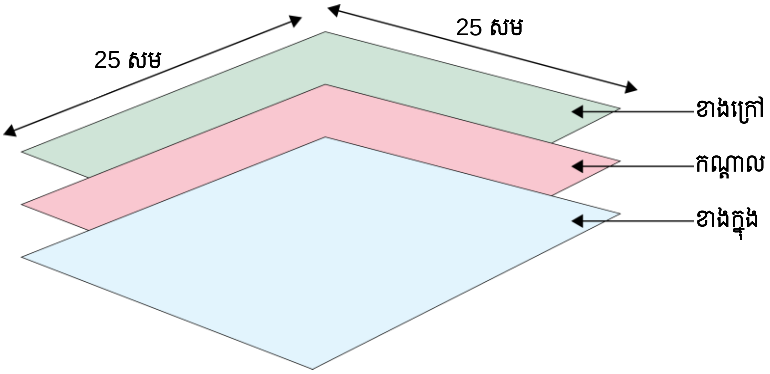
សំខាន់៖ ធ្វើឱ្យប្រាកដថាសម្ភារៈទាំងអស់នៅជាប់គ្នាល្អ ហើយមិនសឹកស្តើងពេក ឬមានប្រហោងនៅពីក្នុង។

សូមពិនិត្យស្លាកស្លាករបស់វត្ថុដើម្បីបញ្ជាក់ពីប្រភេទនៃសម្ភារៈ។ វិមាត្រសម្ភារៈគឺប្រហាក់ប្រហែល ហើយដាក់ទំហំសម្រាប់មនុស្សពេញវ័យជាមធ្យម។

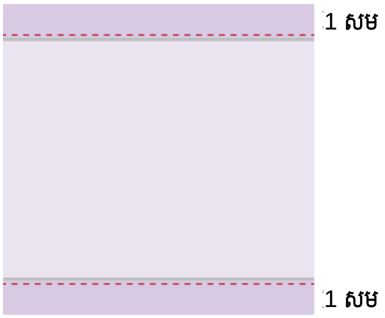
ជំហាន

ក. កាត់ចេញក្រណាត់នីមួយៗទំហំ 25 សម × 25 សម បួនជ្រុងស្មើគ្នាចំនួនបីបន្ទះ។

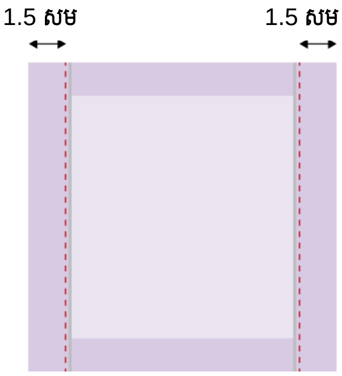
ទាំងនេះនឹងបង្កើតជាស្រទាប់ខាងក្រៅ កណ្តាល និងខាងក្នុង។



ខ. បត់ជាយខាងលើ និងខាងក្រោមនៃសម្ភារៈ **1** សម
ហើយដេរជាថ្នេរ (មើលបន្ទាត់ចុចពណ៌ក្រហម)។

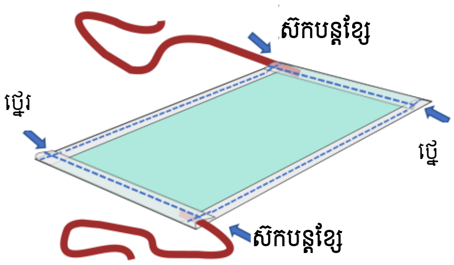


គ. បត់ជាយទាំងសងខាងនៃសម្ភារៈ **1.5** សម
ហើយដេរជាថ្នេរ (មើលបន្ទាត់ចុចពណ៌ក្រហម)។

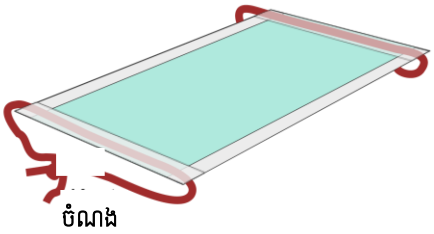


ឃ. ស៊ិកខ្សែយឺត ខ្សែ ឬបន្ទះក្រណាត់ប្រវែង
20 សង្ទីម៉ែត្រ តាមជាយធំជាងដែលនៅសងខាង។

ប្រើម្ជុលខ្ទាស់ ឬម្ជុលធំដើម្បីស៊ិកបន្តខ្សែ។

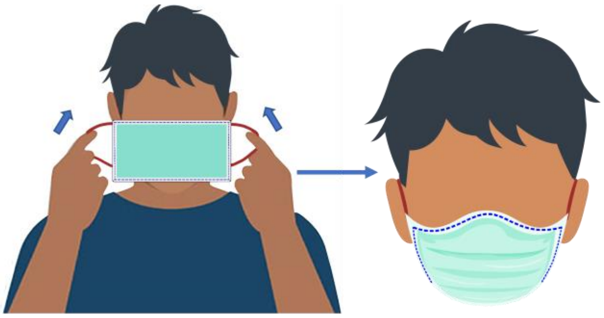


ង. ចងភ្ជាប់ចុងទាំងពីរឱ្យជាប់គ្នា ឬដេរភ្ជាប់គ្នា។



ច. ពាក់ម៉ាសដោយប្រុងប្រយ័ត្នដើម្បីឱ្យវាពាក់សមត្រូវនឹងមុខរបស់អ្នក។

ខណៈពេលកំពុងពាក់ ចូរកុំប៉ះស្រទាប់ខាងក្រៅ។



ឆ. ប្រសិនបើអ្នកចង់ឱ្យម៉ាស់របស់អ្នករឹតតឹងល្អ អ្នកអាចរឹបបន្ថែមស្រទាប់នីឡុងពីលើម៉ាស់ ហើយចងវានៅពីខាងក្រោយក្បាលអ្នក។

To find out more information about corona virus and how to stay safe visit [DHHS.vic – coronavirus disease (COVID-19)](https://www.dhhs.vic.gov.au/coronavirus) **<https://www.dhhs.vic.gov.au/coronavirus>**

If you need an interpreter, call TIS National on 131 450

For information in other languages, scan the QR code or visit [DHHS.vic –Translated resources - coronavirus (COVID-19)](https://www.dhhs.vic.gov.au/translated-resources-coronavirus-disease-covid-19) **<https://www.dhhs.vic.gov.au/translated-resources-coronavirus-disease-covid-19>**

For any questions

Coronavirus hotline 1800 675 398 (24 hours)

Please keep Triple Zero (000) for emergencies only

To receive this document in another format [email Public Health branch](mailto:public.health@dhhs.vic.gov.au) <public.health@dhhs.vic.gov.au>.

Authorised and published by the Victorian Government, 1 Treasury Place, Melbourne. © State of Victoria, Australia, Department of Health and Human Services, 11 July 2020.