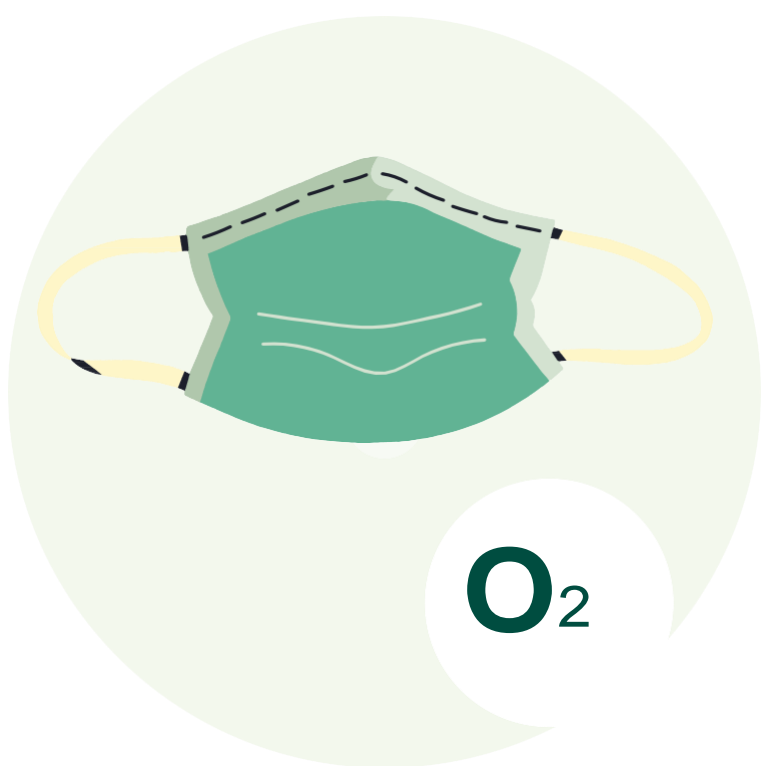


ERAGOZPENIK MASKARA ERABILTZEAGATIK?

MASKARA ETENGABE ERABILTZEAK ETA AHOKO
ARNASKETAK, ARAZOAK ERAGIN DITZAKETE AZALEAN ETA
AHOAN



ATSEDENA HARTU

- Saiatu sudurretik arnasa hartzen
- Areagotu likidoen kontsumoa
- Posiblea denean maskara kendu, 2 metroko segurtasuna mantenduz

ZURE AHO-HIGIENEA INDARTU

- Fluorra duen hortzetako pasta erabili
- Ez ahaztu hortzarteko zonaldea, erabili hortz-zeta edo hortz-arteko eskuilak
- Osatu zure aho-higienea alkoholik gabeko kolutorioarekin



NARRITADURA ETA LEHORTASUNA

- Azala garbia eta hidratatua mantendu
- Xaboi neutroak erabili (batez ere azal sentikorretan edo arazo dermatologikoekin)
- Aho-baltsamoa erabili
- Zona arriskutsuenak babestu azaleko barrera produktoekin: sudurra, belarriak eta masailezurak, ahal bada, maskara jarri baino 2 ordu lehenago

MASKARA BOTA

- Gomendagarria da maskara 4 ordu baino gehiago ez erabiltzea
- Bota, hezea edo hondatuta dagoenean
- Kendu gometatik helduz
- Aurpegia freskatu noizbehinka
- Fabrikatzailearen gomendioak jarraitu

