இந்திய அரசாங்கத்தின் முதன்மை அறிவியல் ஆலோசகர் அலுவலகத்தால் வெளியிடப்பட்டது மார்ச் 30, 2020

விளக்கப்படங்கள் சுகாதார மற்றும் குடும்ப நல அமைச்சகத்தால் தயாரிக்கப்பட்டது.

SARS-CoV-2 கொரோனா வைரஸ் பரவாமல் தடுக்க முகமூடிகள்.

வீட்டில் முகமூடிகள் தயாரிக்க ஒரு விளக்கக் கையேடு

“ஆல்கஹாலை மூலமாக கொண்ட கை கழுவும் திரவம் அல்லது சோப்பால் கைகளை அடிக்கடி சுத்தம் செய்வதன் மூலம் மட்டுமே முகமூடிகள் அணிவது பயனுள்ளதாக இருக்கும். நீங்கள் முகமூடியை அணிவீர்கள் என்றால், அதை எவ்வாறு முறையாக பயன்படுத்த வேண்டும், மற்றும் எவ்வாறு அப்புறப்படுத்த வேண்டும் என்பது உங்களுக்குத் தெளிவாக தெரிந்திருப்பது அவசியம்”

-உலக சுகாதார அமைப்பு

நம்மில் 50 சதவீத மக்கள் முகமூடிகளை அணிந்தால், 50 சதவீத மக்கள் மட்டுமே வைரஸால் பாதிக்கப்படுவார்கள் என்று ஆய்வுகள் காட்டுகிறது. அதுவே நம்மில் 80 சதவீத மக்கள் முகமூடியை அணிந்தோமானால் இந்த நோய் பரவலை உடனடியாக நிறுத்தி விடமுடியும்.

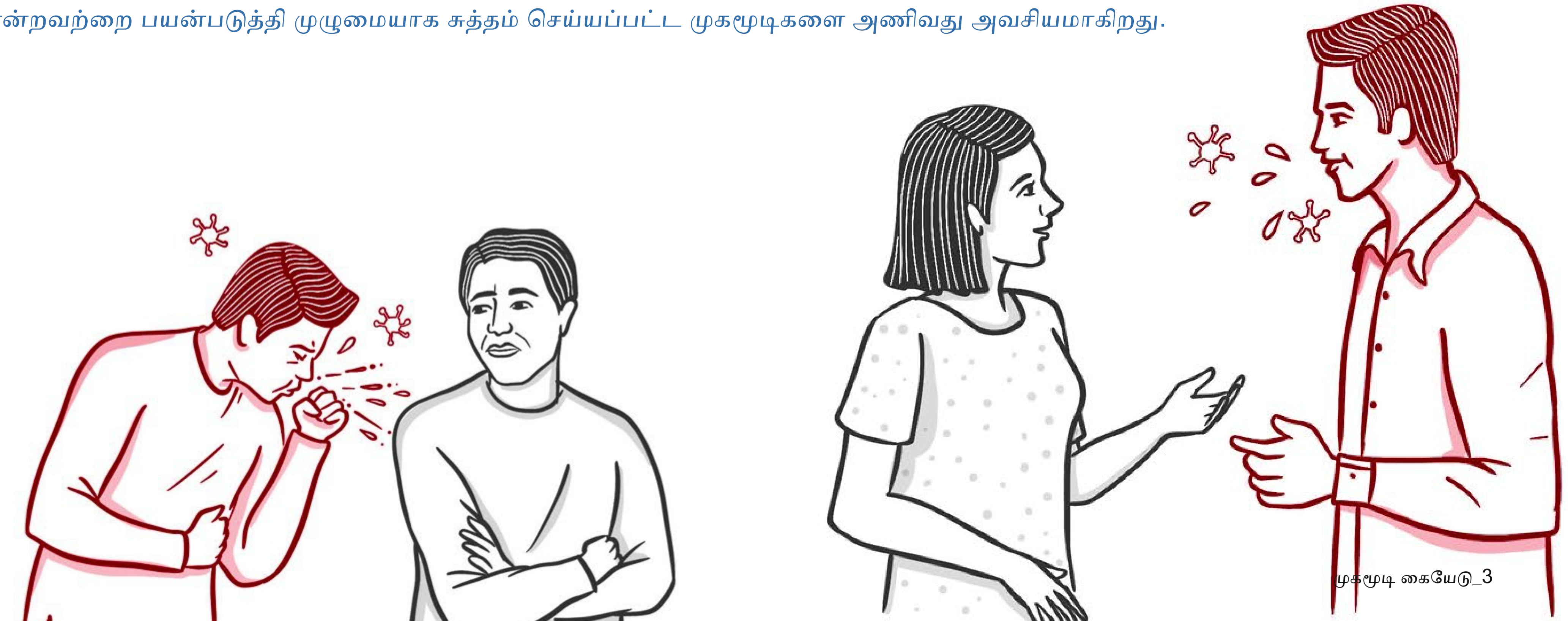
ஆதாரம்: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30229968/

ஏன் முகமூடியை அணிய வேண்டும்?

கோவிட்-19 வைரஸ் ஒரு நபரிடமிருந்து மற்றொரு நபருக்கு நேரடி மனித தொடர்பு மூலம் எளிதில் பரவுகிறது. வைரஸ்களை சுமக்கும் நீர்த்துளிகள் வேகமாக உலர்ந்து அத்துளிகளின் கருக்களாக உருவாகி காற்றில் துகள்களாக தங்கும். இதற்குப் பின்னர், இத்துகள்கள் வெவ்வேறு பரப்புகளில் இறங்கும். கோவிட்-19ஐ ஏற்படுத்தும் SARS-CoV-2 வைரஸ், மூன்று மணிநேரம் வரை காற்றிலும், மூன்று நாட்கள் வரை பிளாஸ்டிக் மற்றும் எஃகின் (ஸ்டென்லஸ் ஸ்டீல்) மேற்பரப்புகளிலும் தங்கக்கூடியவை என கண்டறியப்பட்டுள்ளது. (N.Engl J.Med. 2020)

கொரோனா வைரஸால் பாதிக்கப்பட்ட ஒரு நபரிடமிருந்து வரும் நீர்த்துளிகள் நம் சுவாசக்குழாய்க்குள் நுழைவதற்கான வாய்ப்புகளை முகமூடிகள் கணிசமாக குறைக்கின்றன.

இந்த வைரஸ் பரவலை நிறுத்த வேண்டுமானால், வெப்பம், புற ஊதா கதிர்கள், நீர், சோப்பு மற்றும் ஆல்கஹால் போன்றவற்றை பயன்படுத்தி முழுமையாக சுத்தம் செய்யப்பட்ட முகமூடிகளை அணிவது அவசியமாகிறது.

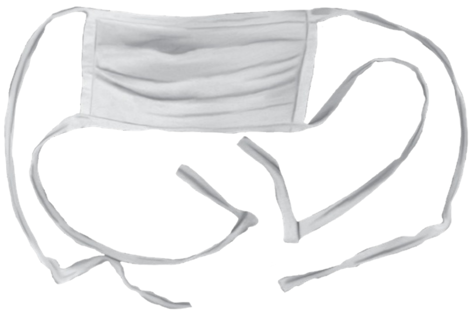


இங்கே வழங்கப்பட்டுள்ள வழிகாட்டியானது தன்னார்வ தொண்டு நிறுவனங்கள் மற்றும் தனிநபர்கள் முகமூடிகளை சுயமாக உருவாக்க உதவும். இந்தியா முழுவதும் இந்த வழிகாட்டியை பயன்படுத்தி முகமூடியின் பயன்பாட்டை அதிகரிக்க வேண்டும் என்னும் நோக்கத்துடன் இந்த கையேடு உருவாக்கப்பட்டுள்ளது. எளிதில் வீட்டில் கிடைக்கும் பொருட்கள், வீட்டிலேயே தயாரிக்கக்கூடிய தன்மை, மற்றும் பயன்பாடு/மறுபயன்பாட்டிற்கு எளிதாக இருக்கக்கூடிய திறன் போன்றவை இவ்வடிவமைப்புக்கான முக்கிய அளவுகோல்களாக கருதப்பட்டுள்ளது. இந்தியா முழுவதும் குறிப்பாக அதிக மக்கள் அடர்த்தி கொண்ட பகுதிகளில் வாழும் மக்களுக்கு முகமூடி அணிவது மிக அவசியமானதாக பரிந்துரைக்கப்படுகிறது

முகமூடிகளின் பொதுவான வகைகள்

ஒற்றைப்பயன் முகமூடி

(கடையில் இருந்து வாங்கப்பட்டது - ஒரு முறை மட்டுமே பயன்படுத்த முடியும்)



வீட்டில் தயாரிக்கக்கூடிய மறுபயன்பாட்டு முகமூடி*

(இந்த வகையான முகமூடிகளை உருவாக்கி மீண்டும் பயன்படுத்துவதற்கான செயல்முறை இந்த ஆவணத்தில் வரையறுக்கப்பபட்டுள்ளது)

* வீட்டில் தயாரிக்கப்படும் முகமூடிகளில் பல வேறுபாடுகள் உள்ளன. கையேட்டில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ள இரண்டு வடிவமைப்புகளில் இது ஒரு வகை

ஒற்றைப்பயன் மற்றும் வீட்டில் தயாரிக்கப்பட்ட பருத்தி முகமூடிகளுக்கு இடையிலான முக்கிய வேறுபாடுகள்

பண்புகள்	ஒற்றைப்பயன் (அறுவை சிகிச்சை) முகமூடி	வீட்டில் தயாரிக்கப்பட்ட (பருத்தி) முகமூடி
பயன்	ஒற்றை பயன்பாடு	பலமுறை பயன்பாடு
வைரஸ் துகள்களுக்கு எதிரான செயல்திறன்	~ 97%	~70%
கழுவுதல் மற்றும் சுத்தம் செய்தல்	கழுவுதல் இவற்றை சேதப்படுத்ததும், அதனால் வடிகட்டாற்றல்/ பாதுகாப்புத்திறனை பாதிக்கக்கூடும். எனவே இவற்றை எப்போதும் கழுவக்கூடாது.	பலமுறை பயன்பாடு
கிடைக்கக்கூடிய தன்மை	மருந்தகங்களில் இவ்வகை முகமூடிகளின் இருப்புகள் குறைந்திருக்க அதிக வாய்ப்புள்ளது.	வீட்டில் உள்ள பருத்தி பொருட்களை வைத்து இவ்வகை முகமூடிகளை எளிதாக தயாரிக்க முடியும்
அகற்றல்	ஒரு பயன்பாட்டிற்குப் பிறகு ஒரு மூடிய பையினுள் வைத்து வீட்டு கழிவுகளுடன் அகற்ற வேண்டும். இவ்வாறு செய்தால் வைரஸ் பரவுவதை தடுக்கலாம்.	பயன்பாட்டிற்கு பிறகு வீட்டில் இருக்கும் பொருட்களை வைத்து எளிதாக சுத்தப்படுத்த முடியும்

எளிய வீட்டுப் பொருட்களை வைத்தே ஒரு பாதுகாப்பான முகமூடியை உருவாக்க முடியும்.

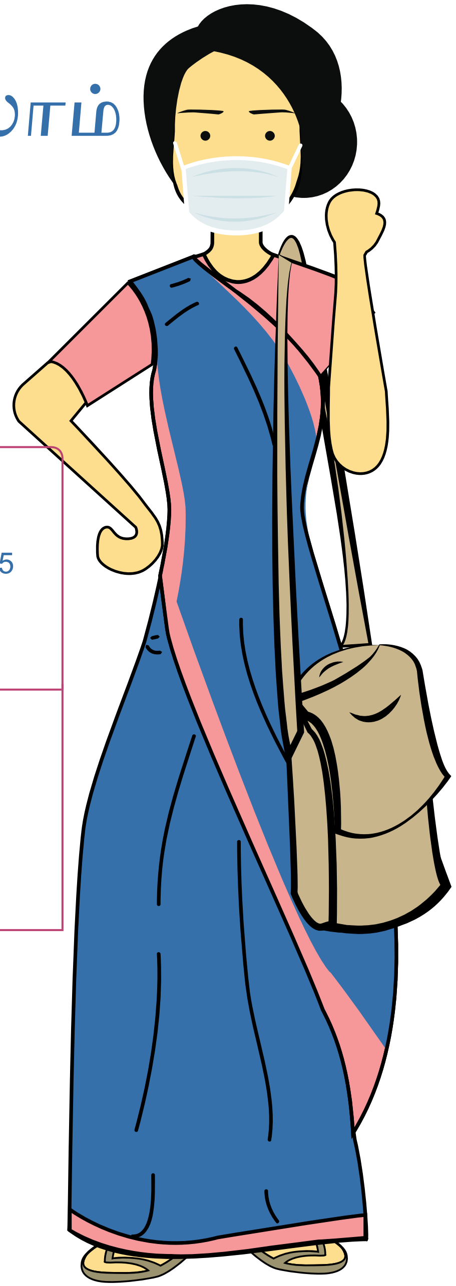
பல்வேறு பொருட்களை பரிசோதித்து வீட்டில் தயாரிக்கக்கூடிய முகமூடிகளுக்கு உகந்த வீட்டுப்பொருட்கள் எவை என்பதை விஞ்ஞானிகள் கண்டறிந்துள்ளனர். வைரஸ்களை தடுப்பதில் அப்பொருட்களின் செயல்திறனை அளவிட, அவர்கள் 0.02 மைக்ரான் துகள்களை (இவை கொரோனா வைரஸை விட 5 மடங்கு சிறியது) இந்த முகமூடிகளின் மீது வீசி சோதித்துள்ளனர். இரட்டை அடுக்குகள் கொண்ட 100% பருத்தி துணியானது வீசப்பட்ட சிறிய துகள்களைப் சிறந்த முறையில் தடுக்கின்றன என அவர்கள் கண்டறிந்ததோடு, இந்த இரட்டை அடுக்கு பருத்தி துணியுடன் சுவாசிப்பது எளிதாக இருப்பதையும் உறுதி செய்துள்ளனர். இதனால் இவற்றை வீட்டில் எளிதாக தயாரித்து பயன்படுத்தலாம்.

- இரட்டை அடுக்கு 100% பருத்தி துணியானது, கொரோனா வைரஸை விட ஐந்து மடங்கு சிறிய துகள்களைப் பிடிப்பதில் சுமார் 70 சதவீதம் அறுவை சிகிச்சை முகமூடியைப் போல திறன் கொண்டது.[3 4]
- பருத்தி துணியை அணிந்து எளிமையாக சுவாசிக்கவும் முடியும்.
- தேவையான பொருட்கள் வீட்டிலே எளிதாக கிடைக்கக்கூடியவை என்பதால் இவற்றை தயாரிப்பதும் எளிது.
- இந்த முகமூடிகளை எளிதாக மறுபயன்பாட்டிற்கு உட்படுத்தலாம்.

---

2. https://smartairfilters.com/en/blog/best-materials-make-diy-face-mask-virus/
3. https://www.researchgate.net/publication/258525804_Testing_the_Efficacy_of_Homemade_Masks_Would_They_Protect_in_an_Influenza_Pandemic
4. https://smartairfilters.com/en/blog/best-materials-make-diy-face-mask-virus/

உங்களைப் பாதுகாத்துக் கொள்ள நீங்களே எளிதாக வீட்டில் ஒரு முகமூடியை உருவாக்கலாம்



வழிவகை 1. ஒரு தையல் இயந்திரத்தைப் பயன்படுத்தி ஒரு முகமூடியை உருவாக்கவும்

தேவையான பொருட்கள்

1.

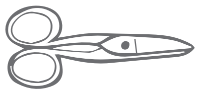
100% பருத்தியிலான துணி

இந்த முகமூடியை உருவாக்க பழைய பருத்தி உடுப்பு அல்லது சட்டை உட்பட ஏற்கனவே பயன்படுத்திய எந்தவொரு பருத்தி துணியையும் பயன்படுத்தலாம். முகமூடியின் நிறம் ஒரு பொருட்டல்ல என்பதை நினைவில் கொள்ளவும். நீங்கள் முகமூடியை உருவாக்கும் முன், துணியை 5 நிமிடங்கள் கொதிக்கும் நீரில் நன்கு கழுவி பிறகு நன்கு உலர்த்தப்பட்டதாக இருக்கிறதா என்பதை உறுதி செய்ய வேண்டும். இந்த கொதி நீரில் உப்பு சேர்ப்பது நன்று என பரிந்துரைக்கப்படுகிறது.

2.

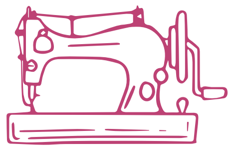
நான்கு துணி பட்டைகள்

3.



கத்தரிக்கோல்

4.



தையல் இயந்திரம்

துவங்க

அ. துணி வெட்டுதல் - தேவைக்கேற்ப பின்வரும் அளவுகளில் முகமூடிக்கான துணியை வெட்டுங்கள்:

- பெரியவர்: 9 அங்குலம் X 7 அங்குலம்
- குழந்தை: 7 அங்குலம் X 5 அங்குலம்

பெரியவர்களுக்கான முகமூடி

ஆ. பட்டைகளை வெட்டுதல் - துணியிலிருந்து குழாய் கட்டுவதற்கும் பதிப்பதற்கும் 4 நாடாக்களை வெட்டுங்கள்: 1.5 ”x 5” இல் இரண்டு துண்டுகள் மற்றும் 1.5 ”x 40” இல் இரண்டு துண்டுகள்

விளக்கப்படங்கள் சுகாதார மற்றும் குடும்ப நல அமைச்சகத்தால் தயாரிக்கப்பட்டது.

0 1 2 3 4 5 6 7 8

அங்குலம் = ”

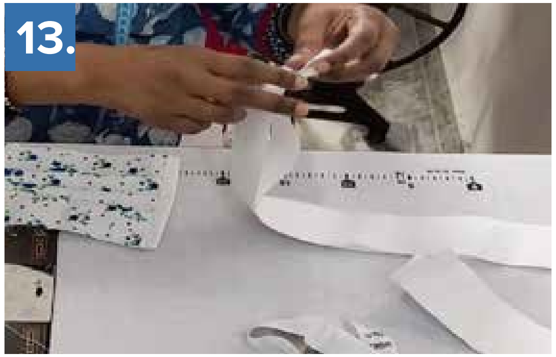
பெரியவர்களுக்கான முகமூடிகளை தயாரிக்கும் செயல்முறை கீழே காட்டப்பட்டுள்ளது

1.5x5” நாடாவை எடுத்து, வெட்டப்பட்ட துணியின் ஒரு முனையுடன் படத்தில் காட்டி உள்ளது போல் இணைக்கவும்.

படத்தில் காட்டப்பட்டுள்ளபடி கீழ்நோக்கி மடியும் சுமார் 1.5’’ உள்ள மூன்று மடிப்புகளை ஒவ்வொரு துணியிலும் உருவாக்கவும்

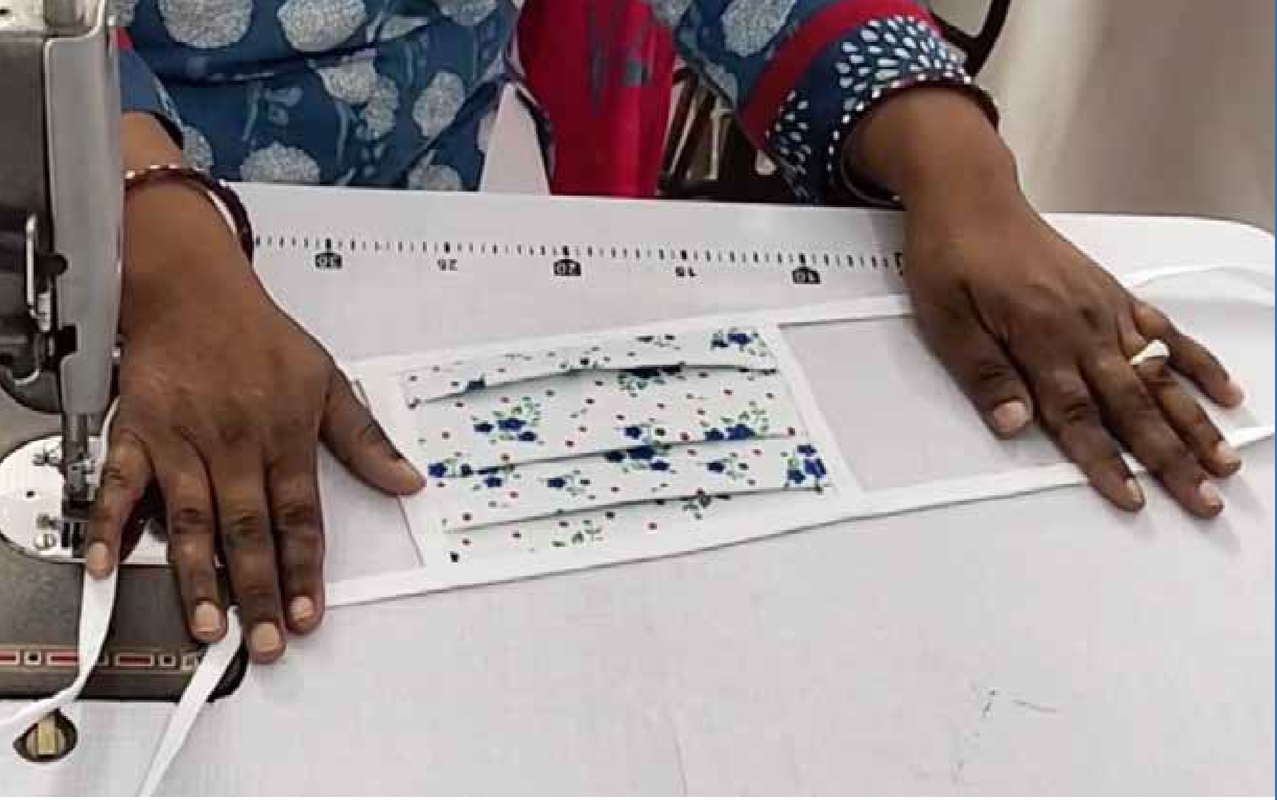
இவ்வாறு மடிக்கப்பட்ட துணியை மறுபுறம் திருப்பி, மேல் காட்டப்பட்டுள்ளபடி மடிப்பு முறையை மீண்டும் செய்யவும்.
இவ்வாறு மடித்தவுடன், மடிக்கப்பட்ட துணியின் உயரம் 9 ”இல் இருந்து 5” ஆக குறைந்திருக்கும்

இந்த மடிப்புகளைப் பாதுகாக்க மேலே காட்டப்பட்டுள்ளபடி இருபுறமும் குழாய் போல் மடித்து தைக்கவும். அனைத்து மடிப்புகளும் கீழ்நோக்கி இருக்கிறதா என்பதை உறுதி செய்யவும்.



இப்போது முகமூடியின் மேல் மற்றும் கீழ் பகுதியில் முகமூடியைக் கட்டுவதற்குப் பயன்படுத்தப்படும் நீண்ட 40 ” நாடவை படத்தில் காட்டப்பட்டுள்ளபடி இணைக்கத் தொடங்கவும்.

மீண்டும் இந்த இரண்டு நாடாக்களையும் மூன்று முறை மடித்து மேலே காட்டப்பட்டுள்ளபடி தைக்கவும்.



- உங்கள் முகமூடி இப்போது பயன்படுத்த தயாராக உள்ளது

- முகமூடி உங்கள் வாய் மற்றும் மூக்கைச் சுற்றி சரியாக பொருந்துகிறதா என்பதையும், முகத்திற்கும் முகமூடிக்கும் இடையில் எந்த இடைவெளியும் இல்லை என்பதையும் உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள். முகமூடியை அணியும்போது, நீங்கள் எதிர்கொள்ளும் பக்கம் மடிப்பு கீழ்நோக்கி இருக்க வேண்டும்.

- முகமூடியை நேர்மாறாக திருப்பி அதன் மறுபக்கத்தை நீங்கள் ஒருபோதும் மறுபயன்பாட்டிற்காக உபயோகிக்க கூடாது. ஒவ்வொரு பயன்பாட்டிற்கு பிறகும் முகமூடியை நன்கு கழுவவும். (கழுவும் செய்முறை கீழே விவரிக்கப்பட்டுள்ளது)

இந்த முகமூடியை தற்போது அமிர்த் கிளினிக், ஆர்த் மருத்துவமனை, ஸ்ரேயாஸ் மருத்துவமனை, மற்றும் தெற்கு ராஜஸ்தானில் உள்ள அமைப்புகளின் சமூக நல தொழிலாளர்கள் பயன்படுத்தி வருகின்றனர்.
படங்கள் மற்றும் செயல்முறை: ஜதன் சான்ஸ்தான், உதய்பூர்

முகமூடி உங்கள் முகத்திற்கு நன்றாக பொருந்துகிறதா என்பதையும் பக்கவாட்டில் இடைவெளிகள் உள்ளதா என்பதையும் உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளவும்.

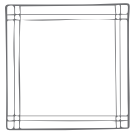
எல்லா நேரங்களிலும் மற்றவர்களிடமிருந்து 2 மீட்டர் இடைவெளியை தவறாமல் கடைபிடிக்கவும். வெளியில் சென்று விட்டு வீட்டிற்கு திரும்பும்போது கைகள் முழுமையாக கழுவுதல் அவசியம். மேலும் உங்கள் முகம் அல்லது கண்களைத் தொடுவதை தவிர்க்கவும்

செயல் விளக்கம்: டாக்டர் கார்கி கோயல், குழந்தை நல மருத்துவர், ராஜஸ்தான்

வழிவகை 2: தையல் இயந்திரம் இல்லாமல் கையால் வீட்டில் முகமூடியை தயாரித்தல்

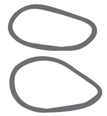
தேவையான பொருட்கள்:

1.



100% பருத்தி துணி அல்லது ஆடவர் உபயோகிக்கும் பருத்தியால் ஆன கைக்குட்டை

2.



நாடாக்களாக செயல்பட இரண்டு ரப்பர் பேண்டுகள்

நிலை 1

கைக்குட்டையை ஒரு பக்கத்திலிருந்து மறுபக்கம் வரை, நடு பகுதி சிறிது மேலே வருமாறு மடிக்கவும்

நிலை 2

இப்போது முதல் மடிப்பிற்கு மேலே கைக்குட்டையின் மறுபக்கம் செல்லுமாறு மடிக்கவும்

நிலை 3

படத்தில் காட்டப்பட்டுள்ளபடி இதை மீண்டும் நடுவில் இருந்து சமமாக மடிக்கவும்

நிலை 4

படத்தில் காட்டப்பட்டுள்ளபடி ஒரு ரப்பர் பேண்டை எடுத்து துணியின் இடது பக்கத்தில் கட்டவும்

நிலை 5

இப்போது மற்றொரு ரப்பர் பேண்டை மறுபுறம் கட்டவும். இரண்டு ரப்பர் பேண்டுகளின் நடுவில் உள்ள பகுதி உங்கள் வாய் மற்றும் மூக்கை மறைக்கும் அளவிற்கு இருப்பதை உறுதி செய்யவும்.

நிலை 6

ரப்பர் பேண்டின் பக்கத்தில் இருக்கும் துணியின் ஒரு விளிம்பை எடுத்து அதன் மேல் மடிக்கவும். பின்னர் இருபுறமும் இதையே செய்யவும்.

நிலை 7

இப்போது ஒரு மடிப்பை எடுத்து மற்ற மடிப்பிற்குள் செருகவும்

1. உங்கள் முகமூடி இப்போது பயன்படுத்த தயாராக உள்ளது

2. முகமூடி உங்கள் வாய் மற்றும் மூக்கைச் சுற்றி பொருந்துகிறதா என்பதையும், உங்கள் முகத்திற்கும் முகமூடிக்கும் இடையில் எந்த இடைவெளியும் இல்லை என்பதையும் உறுதிப்படுத்தவும்.

3. இந்த முகமூடியை அணிய ரப்பர் பேண்டாலான நாடாவையும் உங்கள் காதுகளில் சுற்றிக் கொள்ளவும்

4.முகமூடியைப் பயன்படுத்தும் போது மேலே குறிப்பிட்டுள்ள அனைத்து முன்னெச்சரிக்கைகள் மற்றும் வழிமுறைகளையும் கண்டிப்பாக பின்பற்றவும்

முக்கிய முன் எச்சரிக்கைகள்

கையால் செய்யப்பட்ட முகமூடியைப் பயன்படுத்துவதற்கு முன்பு நினைவில் கொள்ள வேண்டியவை

1. முகமூடியை அணிவதற்கு முன் (அடுத்த பக்கத்தில் காட்டப்பட்டுள்ளபடி) நன்கு கழுவி சுத்தம் செய்யவும்.

2. முகமூடியை அணிவதற்கு முன் உங்கள் கைகளை நன்கு கழுவவும்

3. உங்கள் முகமூடி ஈரமானலோ அல்லது ஈரப்பதம் அடைந்தாலோ வேறு முகமூடியை பயன்படுத்தவும். ஈரமான முகமூடியை சுத்தம் செய்யவும்.

4. முகமூடியை ஒருபோதும் சுத்தம் செய்யாமல் மீண்டும் பயன்படுத்த வேண்டாம்.

முகமூடியை கழற்றும்போது:

- முகமூடியின் முன் அல்லது வேறு எந்த மேற்பரப்பையும் தொட வேண்டாம், பின்னால் உள்ள நாடாக்களை கொண்டு மட்டுமே அதை கழற்றவும்

- நாடாக்கள் கொண்ட முகமூடிக்கு, எப்போதும் கீழே உள்ள நாடாவை முதலேயும் மேலே உள்ள நாடாவை அடுத்தும் அவிழ்கவும்

- அகற்றிய பின், உடனடியாக உங்கள் கைகளை 70% ஆல்கஹால் அடிப்படையிலான கிருமி நாசினி அல்லது சோப்பு தண்ணீரில் குறைந்தது 40 விநாடிகள் சுத்தம் செய்யவும்

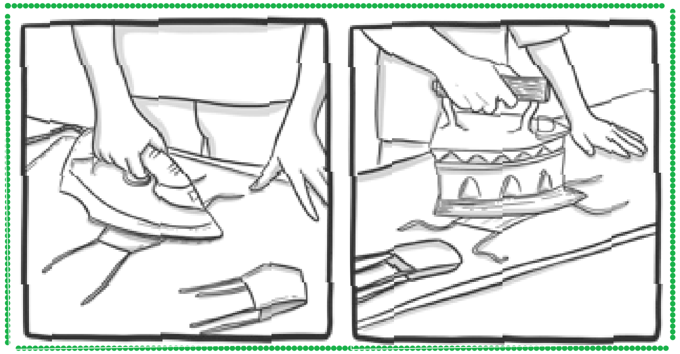
- பின்னர் அம்முகமூடியை சோப்பு கரைசல் அல்லது உப்பு சேர்க்கப்பட்ட கொதிக்கும் நீரில் நேரடியாக போட்டு விடுங்கள்.

வீட்டில் தயாரிக்கப்பட்ட உங்கள் முகமூடியை எவ்வாறு தினமும் சுத்தம் செய்வது?

ஒற்றைப்பயன் முகமூடிகளை சுத்தம் செய்யவோ கொதிக்க வைக்கவோ முயற்சிக்காதீர்கள். சலவை முறைகளை தாங்கக்கூடிய பொருட்களால் அவை தயாரிக்கப்பட்டவை அல்ல

1. முகமூடியை சோப்பு மற்றும் வெதுவெதுப்பான நீரில் நன்கு கழுவி, குறைந்தது 5 மணி நேரம் சூடான வெயிலில் உலர விடவும்.
வெயிலில் உலர்த்த முடியாவிட்டால், விருப்பம் 2 ஐப் பின்பற்றவும்

2. ஒரு பிரஷர் குக்கரில் தண்ணீரை ஊற்றி அதில் முகமூடியை வைக்கவும், குறைந்தது 10 நிமிடங்களுக்கு கொதிக்க வைத்து பின்னர் நன்கு உலர விடவும். இவ்வாறு கொதிக்க வைக்கும் நீரில் உப்பு சேர்க்க பரிந்துரைக்கப்படுகிறது. பிரஷர் குக்கர் இல்லாத நிலையில், துணியாலான முகமூடியை சூடான நீரில் 15 நிமிடங்கள் கொதிக்க வைக்கலாம்
பிரஷர் குக்கர் / கொதிக்கும் நீர் உங்களிடம் இல்லையென்றால், விருப்பம் 3 ஐப் பின்பற்றவும்:



3. முகமூடியை சோப்பில் கழுவி சுத்தம் செய்து, ஐந்து நிமிடங்கள் வரை வெப்பமூட்டவும். (இதற்கு நீங்கள் ஒரு சலவைப் பெட்டியை கூட பயன்படுத்தலாம்).

உங்கள் சுத்தமான முகமூடியை எவ்வாறு சேமிப்பது

நீங்கள் இரண்டு முகமூடிகளை உருவாக்க பரிந்துரைக்கப்படுகிறது. இதன் மூலம் நீங்கள் ஒன்றை அணிந்துகொண்டு, மற்றொன்றை கழுவி உலர்த்திக் கொள்ளலாம்.

1.

வீட்டில் இருக்கும் ஒரு பிளாஸ்டிக் பையை எடுத்துக் கொள்ளவும்

2.

சோப்பு மற்றும் தண்ணீரினால் அதை நன்கு சுத்தம் செய்து கொள்ளவும்

3.

அதன் இருபுறங்களையும் நன்றாக உலரவிடவும்.

4.

உங்களின் சுத்தமான முகமூடியை இந்த சுத்தமான பையில் வைக்கவும்

5.

அதை நன்றாக மூடி வைக்கவும்

6.

இப்போது நீங்கள் தினசரி பயன்பாட்டிற்காக உங்கள் முகமூடிகளை மாற்றி மாற்றி பயன்படுத்திக்கொள்ளவும்.

இந்திய அரசாங்கத்தின் முதன்மை அறிவியல் ஆலோசகர் அலுவலகத்தால் வெளியிடப்பட்டது மார்ச் 30, 2020

வீட்டில் தயாரிக்கப்பட்ட முகமூடிகள் பாதிக்கப்பட்ட நபரிடமிருந்து வெளியேறிய நீர்த்துளிகளை சுவாசிக்கும் வாய்ப்புகளை மட்டுமே குறைக்கின்றன. இது முழு பாதுகாப்பையும் அளிக்காது. அறிவுறுத்தப்பட்டபடி, வீட்டில் மீண்டும் பயன்படுத்தக்கூடிய முகமூடிகளை ஒவ்வொரு நாளும் கழுவி சூடாக்க வேண்டும். கழுவாமல் மீண்டும் பயன்படுத்தக்கூடாது.

ஒற்றைப்பயன் முகமூடிகளை கழுவி மீண்டும் பயன்படுத்தக்கூடாது. அறிவுறுத்தல்களின்படி அவை அகற்றப்பட வேண்டும்.

20 விநாடிகள் சோப்புடன் உங்கள் கைகளை அடிக்கடி கழுவ வேண்டும் என்பதை நினைவில் கொள்ளவும்.

படங்கள் பொதுவெளியில் இருந்து பெறப்பட்டவை

முகமூடி அணிவது குறிப்பாக நெரிசலான இடங்களில் பயனுள்ளதாக இருக்கும்.

வடிவமைப்பு: வெர்டிவர்