

面罩真相

我們都知道人們會透過咳嗽和打噴嚏散播呼吸道飛沫。但您知不知道我們也會在說話、大笑和唱歌時散播呼吸道飛沫？

這些呼吸道飛沫便是俄勒岡州衛生局強烈建議俄勒岡州居民佩戴布質面罩的原因，也是許多公共場所都要求佩戴面罩的原因。

了解真相

真相：我們佩戴面罩有助於減緩 COVID-19 散播。

面罩有助防止我們散播呼吸道飛沫，代表佩戴面罩的人可防止病毒傳播他人。(1) (2) 面罩、圍巾、頭巾和附耳帶的自製面罩有很多類型。

真相：面罩不會積聚危險的二氧化碳。

面罩積聚的二氧化碳量，不足以對過往身體健康的人士造成不良影響。(3) 實際上，口罩比面罩有更好的密封度，農場工人、海關人員和醫院僱員都在工作場所內佩戴，以確保他們安全。

請緊記，以下人士不應佩戴面罩：

- 2 歲以下的兒童
- 有醫療狀況的任何人士，令他們在佩戴面罩時難以呼吸。
- 有防止佩戴面罩的殘疾的任何人士。

真相：在公共場所正確使用布質面罩不會增加您感染的風險。

萬一我們帶有病毒，我們可佩戴布質面罩來幫助保護他人，但佩戴布質面罩不會增加您感染的風險。(4) (2) 確保在觸摸面罩之前和之後洗手，而且每天清洗面罩。

真相：面罩不會令病毒「再度活化」。

當您感染病毒，佩戴面罩不會令病情惡化或令感染持續更長時間。但是，它的確能夠防止您將病毒傳播或傳染他人。(5)

定義

為確保我們有著相同的理解，這是俄勒岡州衛生局使用這些詞彙時的含義……

- **布質面罩**是我們有助於減緩 COVID-19 散播所用的保護性阻隔物。一些例子包括自製的布質面罩、圍巾和頭巾。



- **口罩**是醫療級別裝備，包括外科口罩和 N-95 呼吸器。



- **面部防護罩**是指覆蓋前額至下巴以下的透明塑膠膜，並環繞面部兩側。



1. [Chu DK, Akl EA, Duda S, et al. Physical distancing, face masks, and eye protection to prevent person-to-person transmission of SARS-CoV-2 and COVID-19: a systematic review and meta-analysis](#)
2. [Joshua Hendrix, Charles Walde, Kendra Findley, Robin Trotman. Absence of Apparent Transmission of SARS-CoV-2 from Two Stylists After Exposure at a Hair Salon with a Universal Face Covering Policy — Springfield, Missouri, May 2020](#)
3. [Derek K Chu, Elie A Akl, Stephanie Duda, Karla Solo, Sally Yaacoub, Holger J Schünemann, on behalf of the COVID-19 Systematic Urgent Review Group Effort \(SURGE\) study authors* Physical distancing, face masks, and eye protection to prevent person-to-person transmission of SARS-CoV-2 and COVID-19: a systematic review and meta-analysis](#)
4. [Jessica J. Bartoszko, Mohammed Abdul Malik Farooqi, Waleed Alhazzani, Mark Loeb. Medical masks vs N95 respirators for preventing COVID-19 in healthcare workers: A systematic review and meta-analysis of randomized trials](#)
5. [Staymates, Matthew E. National Institute of Standards and Technology \(NIST\)](#)

您可以免費獲取本文件其他語言、大字體、盲文或您首選格式的版本。請聯絡 Mavel Morales，電話：1-844-882-7889，711 TTY，或電郵：OHA.ADAModifications@dhsosha.state.or.us。