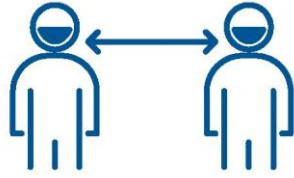


戴口罩的貼士

您何時需要戴口罩：



您或家中任何人的 COVID-19 測試呈陽性，或曾經接觸 COVID-19 測試呈陽性的人。



在人多擠迫的室外地方。



在室內公眾場所。



戴口罩或脫口罩時：

- 清潔或消毒雙手，然後才戴口罩或脫口罩。
- 脫口罩時，盡量不要接觸口罩表面。



N95 及 KN95 口罩



N95 及 KN95 口罩（又稱為防護口罩）可供每天使用數小時，為期一星期；或直至骯髒或不再舒適貼合。將 N95 及 KN95 口罩儲存於乾爽的地方，例如紙袋。

如何戴 N95 口罩

1. 將口罩固定在您的鼻和口，以指尖按著鼻樑壓條。
2. 另一隻手將口罩帶拉過頭部。下方帶繞過耳下，圍著頸部。上方帶繞過頭部繫於頭的後方頂部。
3. 將兩邊鼻樑壓條沿著您的鼻邊按下。
4. 將雙手放在防護口罩上。迅速吸氣，然後呼氣。如果您感到鼻孔漏氣，可再調較鼻樑壓條；如果防護口罩邊漏氣，則調較口罩帶。重覆，直至口罩完全貼合。



如何戴 KN95 口罩：

1. 將口罩固定在您的鼻和口，以指尖按著鼻樑壓條。
2. 將旁邊的口罩帶繞過每邊耳朵。
3. 將兩邊鼻樑壓條沿著您的鼻邊按下。



外科口罩



- 外科口罩應連同布口罩一同配戴以提供額外保護。
- 先戴外科口罩，再戴布口罩。
- 不要同時戴兩個外科口罩。

無障礙文件索取：對於傷殘人士或說其他語言的非英語人士，OHA 可以提供其他格式的資料，例如：翻譯、大字體或凸字（盲文）版本。撥打 1-971-673-2411、711（聽障專線（TTY）或電郵

COVID19.LanguageAccess@dhsosha.state.or.us 與 COVID-19 通訊部門聯絡

Oregon
Health
Authority

OHA 4063 (01/24/2022)
TRADITIONAL
CHINESE