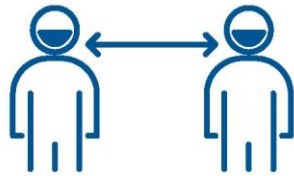


戴口罩的提示

什么时候您应该戴口罩：



您或您家中的某人COVID-19检测呈阳性，或接触过COVID-19检测呈阳性的人。



在拥挤的室外空间。



在公共室内空间。



戴上或取下口罩时：

- 在戴上或摘下口罩之前，要清洗或消毒你的双手。
- 取下口罩时，尽量不要触及口罩的正面。



N95 和 KN95 口罩



N95

N95和KN95口罩（也称为呼吸器）可以每天使用几个小时，持续一周左右，或直到弄脏或不再贴合。将N95和KN95口罩存放在干燥的地方，如纸袋中。

如何戴N95

- 将口罩放在鼻子和嘴上，指尖放在鼻片的位置上。
- 用另一只手将带子拉过头顶。底部的带子绕着脖子放在耳朵下面。顶部的带子头顶后方。
- 在两边压下鼻片，使其与你的鼻子形状一致。
- 将双手放在呼吸器上。快速吸气，然后呼气。如果感到鼻子漏气，请重新调整鼻片；如果从呼吸器边缘漏气，请重新调整带子。重复进行，直到感到密封好。

如何戴KN95：

- 将口罩放在鼻子和嘴上，指尖放在鼻片的位置上。
- 将侧边的带子套在每个耳朵上。
- 在两边压下鼻片，使其与你的鼻子形状一致。



KN95

外科口罩



- 手术口罩应与布质口罩搭配使用，以提供额外保护。
- 先戴上外科口罩，然后再戴上布质口罩。
- 不要将两个外科口罩叠在一起戴。

文件可访问性：对于残障人士或说英语以外的其他语言的人，OHA 可以提供其他格式的信息，例如翻译、大号字体或盲文。通过 1-971-673-2411, 711 TTY 或者 COVID19.LanguageAccess@dhs.oha.state.or.us，联系 COVID-19 通讯部门

Oregon
Health
Authority

OHA 4063 (01/24/2022)
SIMPLIFIED CHINESE