

Нужно ли мне закрывать тканевой маской нос и рот из-за COVID-19?



Останьтесь дома – спасите жизни.

Остаться дома – лучший способ сохранить здоровье и предотвратить распространение COVID-19. Кроме того, следует делать как можно меньше дел вне дома.



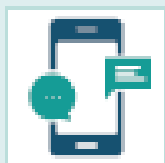
Если без выхода из дома не обойтись, соблюдайте следующие правила:

- Сохраняйте дистанцию 6 футов со всеми людьми.
- Мойте или дезинфицируйте руки после контакта с любой поверхностью.
- Избегайте групп других людей и контактов с ними.



Если вы выходите из дома, а дистанцию в 6 футов между собой и другими людьми сохранить невозможно:

- Чтобы предотвратить заражение, закрывайте тканевой повязкой нос и рот. Соблюдайте это правило, даже если вы чувствуете себя хорошо и у вас нет симптомов.
 - » Не одевайте тканевую маску для носа и рта детям младше 2 лет, тем, у кого проблемы с дыханием или кто не может снять маску самостоятельно.
- Относитесь бережно к запасам масок для лица, чтобы их было в достаточном количестве для использования медработниками, которые лечат пациентов с симптомами.



Некоторым людям для того, чтобы понять вашу речь, требуется видеть движение губ.

- Любые предметы, закрывающие лицо, мешают им.
- Убедитесь, что вы можете взаимодействовать с ними иным способом. Например, воспользуйтесь блокнотом или приложением на телефоне, преобразующим речь в текст.

Подробнее о тканевых масках, закрывающих нос и рот, на:

healthoregon.org/coronavirus или в **центрах по контролю и профилактике заболеваний**

Вы можете получить этот документ на других языках, крупным шрифтом, шрифтом Брайля или в предпочитаемом вами формате. Свяжитесь с отделом здравоохранения по телефону 971-673-0977. Мы принимаем все переключаемые звонки; кроме того, вы можете звонить по номеру 711.

ОНА 2270, RUSSIAN (04/20/2020)