

面罩

是我们针对 COVID-19 的最佳防御方式之一

据疾病控制中心 (CDC)，面罩是我们针对 COVID-19 的最佳防御方式之一。正确、一贯地佩戴口罩，以及使用社交距离策略和良好的卫生习惯（如洗手），可以有助于阻止 COVID-19 的传播。所有回到面对面教学的 FCS 学生，以及巴士乘坐者，都应该戴面罩。

选择一个面罩

- 盖住您的口鼻
- 有两层或两层以上可水洗的透气面料
- 在下巴下方固定
- 贴合脸颊

务必

- 戴口罩前先洗手
- 戴口罩时不要触摸口罩

注意:

疾控中心表示，不要佩戴医护人员专用口罩，如 N95 口罩。这是为了保有面向医疗领域和其他第一响应者的供应。还有，疾控中心不推荐脖套面罩或防护面罩。对此类面罩的评估正在进行中，但目前尚不清楚其有效性。

要选择以下口罩



不要选择以下口罩



信息和图形来源：美国疾病控制中心

认真对待安全:

不要这样戴口罩!

为了提供最大程度的保护，必须正确、一贯地佩戴口罩



如何清洁口罩

- 口罩应该定期清洗
- 务必正确摘下口罩，并在处理用过的口罩之后洗手
- 将口罩与您的常规衣物一同清洗
- 使用普通的洗衣液，以及适于口罩材质的最热水温
- 使用最高的加热设置，并在烘干机中将口罩完全烘干
- 一次性口罩应该扔掉，不要清洗

关于口罩和面罩的更多指导和信息:

www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/diy-cloth-face-coverings.html

