

2019 冠狀病毒疾病 (COVID-19)

非醫用口罩和面罩

佩戴非醫用口罩或面罩可以是保護您身邊其他人的另一種方式，尤其是在難以保持身體距離的地方（例如，在公車上、在購物時）。本文是一些有關口罩和面罩功能的提示，什麼時候可以考慮使用，以及如何安全佩戴。

如果您或家庭成員有症狀或懷疑感染了 COVID-19，請遵循[如何自我隔離指南](#)。

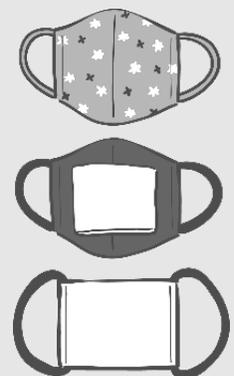
為什麼要使用非醫用口罩或面罩

- 症狀很少或無症狀的感染者，在自己不知道可能被感染的情況下，也可以傳播 COVID-19。
- 非醫用口罩或面罩旨在保護他人，以免受您的傳染性飛沫的侵襲。
- 還可以防止其他人的飛沫落入您的口鼻。
- 在發生社區傳播 COVID-19 [且可能無法保持身體距離的區域](#)（例如，公交、狹小的雜貨店或藥房）的時候，請考慮佩戴。



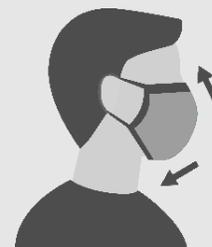
我應該使用哪種非醫用口罩或面罩

- 沒有哪一種特定的設計或材料已知比其他任何一種更好。
- [加拿大公共衛生局](#)提供有關製作布口罩的指南。
- 確保每個布口罩至少由兩層製成，並且可以清洗多次，而不會變形或損壞。
- 請勿提供給兩歲以下的孩子，無法佩戴口罩的人（例如有病症情況）或無法正確佩戴/摘掉口罩的人。



如何佩戴非醫用口罩或面罩

- 用肥皂和水或含酒精的擦手液清潔雙手至少 15 秒鐘。
- 確保它緊密貼合（口罩和臉部之間沒有縫隙）以遮蓋住口鼻，即從眼睛下方到下巴周圍。
- 用帶子或耳圈固定，做到既舒適又不會妨礙呼吸和視力。
- **戴上口罩時，避免接觸口罩或面罩的前部** - 如果這樣做，請立即清潔雙手。
- 只要口罩還舒適，就應繼續佩戴，在弄髒、潮濕、損壞或不易透氣時將其取下。



不要與他人共用口罩。

如何摘掉和保養可清洗的非醫用口罩或面罩

- 僅抓住帶子小心地取下，然後直接放入待洗衣物中。
- 如果必須在清洗前再次使用口罩，請確保面罩的正面向內折疊，以免觸碰正面。將其存放在專用的袋子中，例如紙袋。
- 用肥皂和水或含酒精的擦手液清潔雙手至少 15 秒鐘。
- 用熱水和常規清潔劑機洗，應可殺死任何病毒。
- 衛生廳有關於非醫用口罩和面罩的使用與保養的更多資訊。

附註

- 非醫用口罩和面罩可能無法完全的防護病毒粒子，尤其是如果佩戴鬆散的時候。
- 由於非醫用口罩和面罩未按照公認的標準進行過測試，因此其有效性會各有不同。