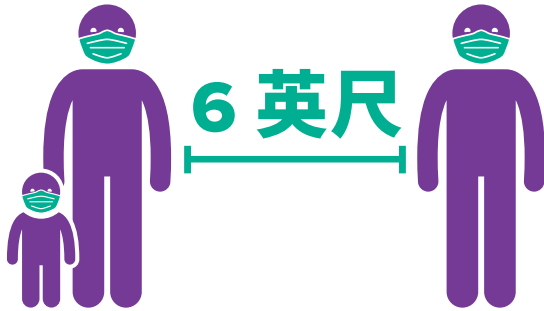


# 口罩：基础知识



每个年龄 2 岁以上且从医学角度可以承受佩戴口罩的人士都必须在部分环境中戴口罩。

## 什么时候戴口罩

如果您**未接种** COVID-19 疫苗，请您凡是置身于自家以外时，都戴上口罩，尤其是在您无法与他人保持 6 英尺距离的情况下。与他人交谈或打电话时，请勿摘下口罩。

如果您**已完全接种疫苗**，您可以不戴口罩地从事许多活动。我们建议您在公共室内环境中继续佩戴口罩（即使该场所未有此规定），以及在任何您不知道周围人疫苗接种情况的场合下都佩戴口罩。同时，在您前往的任何地方，例如商业场所、学校、公共交通工具或者在您的工作地点，您还必须遵守那里的戴口罩规定。

如果您有 COVID-19 症状、COVID-19 检测结果呈阳性，或最近接触过 COVID-19 患者，请佩戴口罩，即使您已完全接种疫苗。



## 如何处理口罩

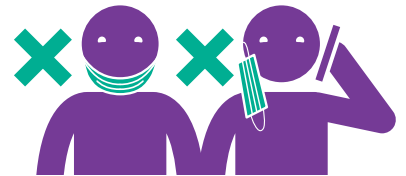
在戴上、摘下或调整口罩之前，**请先用肥皂和水洗手或使用免洗消毒洗手液。**



**确保口罩完全遮住口鼻，并固定在下巴下方。**

**将口罩紧贴脸部两侧。**确保您可以轻松呼吸。

**请勿将口罩绕在脖子上或戴在额头上。**



**摘下口罩时要小心。**

只捏住耳挂或绑绳来取下口罩。

**定期清洗布口罩。**如果一次性口罩已经受损、变脏或打湿，请勿重复使用。



## 为什么戴口罩

戴口罩可以保护自己和他人，因为它可以减少人们咳嗽、打喷嚏、说话、唱歌或呼吸时进入空气的呼吸道颗粒数量。