

如何佩戴 口罩

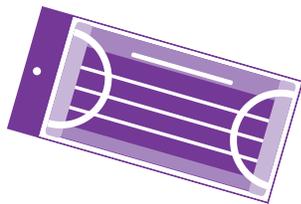
第1步

用肥皂和水徹底清洗雙手，或使用含酒精的消毒洗手液。



第2步

檢查口罩是否有破裂或其他損壞。



第3步

確認口罩的上部和外面。
較硬的可彎曲邊緣或金屬條位於上部。
口罩的有色面通常是外面，應該朝外。

第4步

將鬆緊帶套在耳朵上。



第5步

擠壓口罩的金屬條
（或較硬的邊緣），
使其貼緊鼻子的形狀。



第6步

將口罩的下部向下拉，
使其蓋住嘴和下巴。
根據需要調整口罩，
確保它嚴實地蓋住鼻子
和嘴巴。



第7步

每天更換口罩，或在口罩
變髒、損壞或弄濕時更換。
只碰觸鬆緊帶摘下口罩並
丟棄到垃圾箱。用肥皂
和水清洗雙手或使用
含酒精的消毒洗手液。

