

## כיסויי פנים בימי מגפת הקורונה 2019: שאלות נפוצות

כיסויי פנים הם חיוניים לבלמת ההתפשטות של מחלת נגיף הקורונה 2019. נא להתחשב בהנחיות ולעטות כיסוי פנים.

### מהו כיסוי פנים?

כיסוי פנים הוא מסכה חד-פעמית או מעטה בד שנצמד היטב לפנים ומכסה את האף ואת הפה. רצוי להתחשב בהמלצות הבאות, כשאתם בוחרים כיסוי פנים:

- אין להשתמש בכיסוי פנים עם שסתום, מכיוון שהוא מאפשר לאוויר לא מסונן לצאת עם הנשיפה.
- השתמשו בכיסוי פנים בעל שתי שכבות או יותר למניעה בטוחה יותר של מעבר אוויר לא מסונן.
- חלקיקים קטנים יכולים לצאת עם הנשיפה הן מהפה והן מהאף שלכם. יש לוודא שכיסוי הפנים נצמד היטב אל צדדי הפנים שלכם ומכסה לגמרי גם את הפה וגם את האף שלכם, בלי להחליק.
- אין להשתמש במסכות הנשמה N95, כי המחסור בהן עדיין ניכר. חיוני שמסכות כאלה יישארו זמינות לשימושם של עובדי שירותי הבריאות.

המחקרים בנוגע לסוגי כיסויי הפנים השונים ודרגת היעילות שלהם עדיין בעיצומם. מידע נוסף זמין באתר המרכזים לבקרת המחלות ומניעתן (CDC).

### מי נדרש לעטות כיסוי פנים?

חוק מדינת ניו יורק (NYS) קובע שכל אדם מעל גיל שנתיים, שאינו מוגבל מבחינה רפואית לעטות מסכה, חייב לעטות אותה במרחב הציבורי, אם אינו מסוגל לשמור על מרחק של 2 מ' לפחות מאנשים אחרים. הדוגמאות לתנאים כאלה כוללות הליכה ברחוב עמוס, ביצוע קניות בחנויות, מפגש עם רופא, סעודה במסעדה (בזמן שלא אוכלים או שותים), ביקור בבית תפילה או השתתפות באירוע הקשור בהתקהלות. **חובה** לעטות כיסוי פנים לכל אורך הנסיעה באמצעי תחבורה ציבורית, למשל ברכבת התחתית, במעבורת, באוטובוס, במונית או בשירות הסעות. רצוי ביותר להשתמש בכיסוי פנים עד כמה שאפשר, כאשר אתם נמצאים במקומות סגורים מחוץ לביתכם, כגון בתי תפילה ומשרדים, גם אם אתם מקפידים על מרחק של 2 מ' אחד מהשני.

אנשים חולים צריכים לעטות כיסוי פנים גם בעת השהייה בבית, במיוחד אם אינם יכולים לשמור על מרחק של לפחות 2 מ' מאחרים, ובכל זמן שבו הם נמצאים מחוץ לבית.

### מה עושים אם גרים במקום משותף עם אנשים אחרים?

אם מקום מגוריכם כולל מטבחים, חדרי רחצה או אזורים משותפים אחרים בשימוש אנשים נוספים, עליכם לעטות כיסוי פנים ביציאה מהדירה או מהחדר.

### האם ילדים צריכים לעטות כיסוי פנים?

ילדים מעל גיל שנתיים חייבים לעטות כיסוי פנים. קחו בחשבון את הדברים הבאים:

- נסו למצוא כיסוי פנים קטן יותר או כזה שעוצב במיוחד לילדים עבור הילדים הקטנים שלכם. במידה ולא מצאתם, נסו לקצר את הרצועות ולהתאים אותן כך שכיסוי הפנים ייצמד היטב.
- סביר להניח שילדים קטנים ייגעו בכיסוי הפנים שלהם, לכן מומלץ שהאחראים עליהם ישטפו את ידי הילדים או ימרחו אותן באלכוהול בתדירות גבוהה.
- בתי ספר וגני ילדים מקפידים על דרישות מיוחדות. נא לבדוק את הנושא בבית הספר או בגן של ילדכם.

**איך עלי להתמודד עם בעיית בריאות, שמקשה עליי לעטות כיסוי פנים? האם עדיין עליי להשתמש בו?**  
אם אתם סובלים מבעיה בריאותית שלא מאפשרת לכם לעטות כיסוי פנים, אינכם נדרשים לציית להנחיה. במקרה זה, חיוני אפילו יותר לשמור על ריחוק פיזי ועל היגיינת ידיים.

**האם צריך לעטות כיסוי פנים במהלך פעילות גופנית?**  
אם אתם מתעמלים בחוץ, אינכם נדרשים לעטות כיסוי פנים, כל עוד אתם שומרים על מרחק של 2 מ' לפחות אחד מהשני. אם אתם מתעמלים בחדר כושר או במקום סגור, עליכם לעטות כיסוי פנים בכל עת (אלא אם קיימת הגבלה רפואית או שהגיל הוא מתחת לשנתיים). על פי הנחיות NYS, **אין** להשתמש בבנדנות, מטפחות וצעפים בחדרי כושר.

**האם צריך לעטות כיסוי פנים במקום העבודה?**  
חובה לעטות כיסוי פנים במקום העבודה אלא אם אתם בטוחים שבאפשרותכם להקפיד על ריחוק של 2 מ' לפחות מאנשים אחרים (לרבות עמיתים לעבודה, לקוחות ומבקרים). מעסיקים נדרשים לספק לעובדיהם כיסויי פנים בחינם. למעסיקים עשויות להיות דרישות נוספות לגבי הצורך בשימוש בכיסוי פנים או באמצעי מיגון אחרים. מומלץ ביותר לעטות כיסוי פנים ככל האפשר, כאשר עובדים במקומות סגורים ובסביבת אנשים אחרים, גם אם ניתן לשמור על מרחק של 2 מ'. אם אינכם מסוגלים לעטות כיסוי פנים מסיבה בריאותית, שוחחו עם המעסיק שלכם ונסו למצוא מקום עבודה סביר.

**נדבקתי בנגיף הקורונה 2019, אבל החלמתי. האם עדיין עליי להשתמש בכיסוי כזה?**  
כן. הנחיות NYS לעטיית כיסוי פנים חלות גם על מי שהחלים מנגיף הקורונה 2019.

**האם ניתן לחבוש מגן פנים במקום כיסוי פנים?**  
מגן הפנים אינו תחליף מקובל לכיסוי הפנים בתקופה זו. נדרש מחקר מעמיק יותר בנוגע ליעילות מגני הפנים במניעת הפצת הטיפות הנישאות באוויר. מגני הפנים יכולים לשמש אנשים שאינם מסוגלים לעטות כיסויי פנים או שחובשים אותם בנוסף לכיסויי הפנים. אין להחליף את כיסוי הפנים במגן פנים.

**באיזו תדירות יש לכבס את כיסוי הפנים?**  
מומלץ לכבס את מעטה הבד פעם ביום או לאחר שימוש שנמשך כשמונה שעות. ניתן לכבס את מעטה הבד ביד או במכונת כביסה בעזרת חומר כביסה ומים חמים. על כיסוי הפנים להיות יבש לחלוטין לפני השימוש.

**במשך כמה זמן אפשר להשתמש בכיסוי פנים חד-פעמי?**  
לא הוגדר משך זמן מדויק. ייתכן שתוכלו להשתמש באותו כיסוי פנים חד-פעמי עד חמישה ימים. יש להשליך את כיסויי הפנים החד-פעמיים, אם הם נפגמו, התלכלכו או נרטבו.

**האם יש אמצעי זהירות כלשהם שחשוב לנקוט בעת שימוש בכיסוי פנים?**  
שימוש לא נכון בכיסויי פנים יכול לתרום להפצת חיידקים. לכן חשוב לעטות, לאחסן ולהשליך כיסויי פנים כהלכה, בהתאם להנחיות הבאות:

- שטפו את הידיים במשך לפחות 20 שניות במים וסבון או השתמשו במחטא ידיים מבוסס-אלכוהול, בכל פעם שאתם עוטים או מסירים את כיסוי הפנים. אם אינכם יכולים לחטא את הידיים, נקטו זהירות יתרה שלא לגעת בעיניים, באף או בפה.
- אין להשאיר כיסויי פנים במקומות שבהם אנשים אחרים עשויים לגעת בהם או שחיידקים שנלכדו בכיסוי הפנים עלולים לגעת במשטחים אחרים, כמו משטח העבודה או השולחן במטבח.

- אסור סתם לזרוק את כיסוי הפנים לתיק או לתרמיל הגב. יש להשתמש בשקית קטנה לאחסון כיסוי הפנים במקרה שמסירים אותו מחוץ לבית.
- השליכו את כיסויי הפנים החד-פעמיים לפח. אל תזרקו אותם ברחוב.
- לקבלת מידע נוסף בקרו בדף "[How to Put On a Face Covering](#)" (איך עוטים כהלכה את כיסוי הפנים).

### **האם אפשר להכין כיסוי פנים לבד, בבית?**

כן. באתר CDC ניתן למצוא [הנחיות](#) להכנת כיסוי פנים בבית.

9.11.20

מחלקת הבריאות של NYC עשויה לשנות את ההמלצות בהתאם להתפתחויות המצב.