

Средства, закрывающие лицо, при COVID-19: Часто задаваемые вопросы

Средства, закрывающие лицо, — ключевой элемент прекращения распространения COVID-19. Чтобы внести свой вклад, носите средства, закрывающие лицо.

Что такое средства, закрывающие лицо?

В качестве средств, закрывающих лицо, может быть использована любая хорошо закрепленная тканевая повязка или одноразовая маска, закрывающая нос и рот. При выборе средств, закрывающих лицо, учитывайте следующие моменты:

- Не используйте средства, закрывающие лицо, с клапаном для выдоха, так как он позволяет выходить нефiltroванному выдыхаемому воздуху.
- Используйте средства, закрывающие лицо, с двумя или более слоями материала для более надежного предотвращения прохождения нефiltroванного воздуха.
- Выдыхаемые частицы могут выходить как из носа, так и изо рта. Средства, закрывающие лицо, должны плотно прилегать к сторонам лица и закрывать **как нос, так и рот**, не соскальзывая.
- Не используйте респираторы N95, так как их запасы по-прежнему ограничены. Важно оставить респираторы N95 для медицинских работников.

Исследования разных типов средств, закрывающих лицо, и их эффективности, еще продолжаются. Более подробную информацию можно найти на [сайте](#) Центров по контролю и профилактике заболеваний (Centers for Disease Control and Prevention, CDC).

Кто должен носить средства, закрывающие лицо?

Закон штата Нью-Йорк (NYS) обязывает всех старше 2 лет, не имеющих медицинских противопоказаний к ношению средств, закрывающих лицо, носить их в общественных местах при невозможности сохранения дистанции не менее 2 метров от других людей. Это касается, например, хождения по оживленным улицам, посещения магазинов, визитов к врачу, посещения ресторанов (в то время, когда вы не едите и не пьете), посещения религиозных общин или собраний. Вы **должны** постоянно носить средства, закрывающие лицо, при использовании общественного транспорта, например, метро, паромов, автобусов, такси и автомобилей с водителями. Мы настоятельно рекомендуем как можно больше носить средства, закрывающие лицо, когда вы находитесь в помещении вне дома вместе с другими людьми, например, в религиозных общинах или собраниях, или офисах, даже при возможности сохранения дистанции в 2 метра от других.

Больным следует носить средства, закрывающие лицо, когда они находятся дома, особенно если они не могут держаться на расстоянии не менее 2 метров от других, а также все время, когда они находятся вне дома.

Что делать, если я живу в коллективном жилье с общими служебными помещениями?

Если в вашем жилище есть совместные кухни, ванны или другие места общего пользования, надевайте средства, закрывающие лицо, когда выходите из своей квартиры или комнаты.

Нужно ли детям носить защитные маски?

Дети старше 2 лет должны носить средства, закрывающие лицо. Учитывайте следующие моменты:

- Постарайтесь найти для маленьких детей средства, закрывающие лицо, меньшего размера или сделанные специально для детей. Если это невозможно, укоротите или отрегулируйте завязки так, чтобы средства, закрывающие лицо, плотно прилегали к лицу.
- Поскольку маленькие дети с большей вероятностью могут трогать средства, закрывающие их лицо, людям, присматривающим за детьми, следует часто мыть или дезинфицировать им руки.
- У школ и детских садов есть особые требования. Узнайте о них в школе или детском саду своего ребенка.

Что, если у меня есть болезнь, которая затрудняет ношение средств, закрывающих лицо?

Нужно ли мне, тем не менее, носить средства, закрывающие лицо?

Если у вас есть заболевание, не позволяющее вам носить средства, закрывающие лицо, вам не нужно их носить. Это еще более увеличивает важность соблюдения правил физического дистанцирования и гигиены рук.

Нужно ли мне носить средства, закрывающие лицо, во время физических упражнений?

Если вы выполняете упражнения вне помещения, вам не нужно носить средства, закрывающие лицо, пока вы находитесь на расстоянии не менее 2 метров от других. Во время занятий в закрытом тренажерном зале или фитнес-центре вы должны постоянно носить средства, закрывающие лицо (это не относится к лицам, имеющим медицинские противопоказания к ношению средств, закрывающих лицо, или детям младше 2 лет). Согласно требованиям NYS, головные повязки, повязки «бафф» и шейные гетры **не** являются допустимыми средствами, закрывающими лицо, для использования в тренажерных залах и фитнес-центрах.

Нужно ли мне носить средства, закрывающие лицо, на работе?

На работе вы должны носить средства, закрывающие лицо, если вы не можете гарантировать сохранение дистанции не менее 2 метров от других людей (в том числе сотрудников, покупателей, клиентов и посетителей). Работодатели должны обеспечить своих работников бесплатными средствами, закрывающими лицо. В случае необходимости ваш работодатель может установить дополнительные требования относительно правил ношения средств, закрывающих лицо, или других средств защиты. Даже при возможности сохранения дистанции в 2 метра настоятельно рекомендуется как можно больше носить средства, закрывающие лицо, во время работы в помещении и в присутствии других людей. Если у вас имеются медицинские противопоказания к ношению средств, закрывающих лицо, обсудите с работодателем разумные возможности решения этой проблемы.

Я болел(а) COVID-19, а теперь выздоровел(а). Нужно ли мне по-прежнему носить средства, закрывающие лицо?

Да. Требование NYS о ношении средств, закрывающих лицо, относится к вам, даже если вы уже болели COVID-19.

Можно ли носить вместо средств, закрывающих лицо, защитный щиток?

Защитный щиток не является приемлемой заменой средств, закрывающих лицо. Для определения эффективности защитного щитка в предотвращении распространения выдыхаемых капель нужны дополнительные исследования. Использование защитных щитков может быть применимо для лиц, имеющих медицинские противопоказания к ношению средств, закрывающих лицо, или в дополнение к средствам, закрывающим лицо. Защитные щитки не должны использоваться вместо средств, закрывающих лицо.

Как часто нужно стирать средства, закрывающие лицо?

Мы рекомендуем стирать средства, закрывающие лицо, раз в день или приблизительно после восьми часов использования. Средства, закрывающие лицо, можно стирать руками или в стиральной машине с использованием стирального порошка и горячей воды. Перед использованием средств, закрывающих лицо, они должны быть абсолютно сухими.

Как долго можно использовать одноразовую защитную маску?

Фиксированная длительность использования не установлена. Одну и ту же одноразовую защитную маску можно использовать до пяти суток. Поврежденные, грязные и намоченные одноразовые защитные маски следует выбрасывать.

Нужно ли принимать какие-нибудь меры предосторожности при ношении средств, закрывающих лицо?

Неправильное использование средств, закрывающих лицо, может привести к распространению бактерий. В связи с этим важно правильно носить, хранить и выбрасывать средства, закрывающие лицо, следующим образом:

- Каждый раз, когда вы надеваете и снимаете средства, закрывающие лицо, мойте руки водой с мылом в течение 20 секунд или используйте дезинфицирующий гель для рук на спиртовой основе. Если вы не можете очистить руки, старайтесь не прикасаться к глазам, носу или рту.
- Не оставляйте средства, закрывающие лицо, там, где другие могут прикасаться к ним, или где бактерии, оставшиеся в них, могут соприкоснуться с другими поверхностями, например, на кухонной стойке или столе.
- Не бросайте неупакованные средства, закрывающие лицо, в сумку или рюкзак. Держите при себе небольшой пакет, в который можно убрать средства, закрывающие лицо, если вы снимаете их вне дома.
- Выбрасывайте одноразовые защитные маски в мусорные контейнеры. Не бросайте их на улице.

- Дополнительную информацию можно найти в документе «[How to Put On a Face Covering](#)» (Как надевать защитную маску).

Могу ли я изготовить средства, закрывающие лицо, самостоятельно?

Да. На сайте CDC можно найти [инструкции](#) по изготовлению средств, закрывающих лицо, из ткани.

Рекомендации Департамента здравоохранения NYC могут изменяться по мере развития ситуации.
9.11.20