

COVID-19 פנים צודעק: אפט געפרעגטע פראגעס

פנים צודעקן זענען קריטיש צו אפשטעלן די פארשפרייטונג פון COVID-19. ביטע טוט אייער טייל דורכ'ן אנטון א פנים צודעק.

וואס איז א פנים צודעק?

א פנים צודעק איז א גוט-באפעסטיגטע סחורה'נע פנים צודעק אדער דיספאזעבל מאסקע וואס דעקט צו אייער נאז און מויל. ווען איר וועלט אויס א פנים צודעק, באטראכט דאס פאלגענדע:

- נוצט נישט א פנים צודעק מיט אן ארויסאטעמען וואלוו ווייל דאס ערלויבט פאר אומגערייניגטע לופט ארויסצוגיין.
- נוצט א פנים צודעק מיט צוויי אדער מער שיכטן פון סחורה צו בעסער פארמיידן אומגערייניגטע לופט פון דורכגיין.
- לופט שפריצלעך קענען ארויסקומען סיי פון אייער נאז און פון אייער מויל. מאכט זיכער אז די פנים צודעק פאסט גוט צו די זייטן פון אייער פנים און דעקט פולקאם צו **ביידע**, אייער נאז און מויל, אן זיך אראפגליטשן.
- נוצט נישט די N95 רעספירעטערס, ווייל עס איז נאך אלס דא א מאנגל. עס איז וויכטיג אז מיר היטן אפ די N95 רעספירעטערס פאר אונזערע געזונטהייט ארבעטערס.

פארשידענע סארטן פנים צודעקן ווערן נאך שטודירט צו וויסן ווי ווירקזאם זיי זענען. מער אינפארמאציע איז דא צו באקומען אויף די סענטערס פאר דיזיז קאנטראל און פריווענשן'ס (CDC) [וועבזייטל](#).

ווער מוז אנטון א פנים צודעק?

ניו יארק סטעיט (NYS) געזעץ פארלאנגט יעדן איבער 2 יאר אלט וואס קען מעדיציניש פארנעמען א פנים צודעק דאס צו טראגן ווען מען איז אין פובליק און עס איז נישט מעגליך זיך צו האלטן כאטש 6 פוס אפגעטיילט פון אנדערע. ביישפילן נעמען אריין גיין אויף א פארנומענע גאס, איינקויפן אין געשעפטן, זען אייער דאקטער, עסן אין א רעסטוראנט (ווען איר עסט נישט און טרינקט נישט), גיין צו אייערע געבעט הייזער אדער אנטיילנעמען אין א פארזאמלונג. איר **מוזט** טראגן א פנים צודעק צו יעדע צייט ווען איר רייזט מיט פובליק טראנספארטאציע, אזויווי די סובוועי, פערי, באס, טעקסיס און קאר סערוויסעס. מיר רעקאמענדירן שטארק אז איר זאלט אנטון א פנים צודעק ווען איר זענט אין א געטיילטע אינעווייניגדיגע פלאץ אינדערויסן פון אייער שטוב, אזויווי געבעט הייזער און אפיסעס, אפילו איר קענט זיך האלטן 6 פוס אפגעטיילט פון אנדערע.

מענטשן וואס זענען קראנק זאלן אנטון א פנים צודעק בשעת זיי זענען אינדערהיים, ספעציעל אויב זיי קענען זיך נישט האלטן כאטש 6 פוס אפגערוקט פון אנדערע, און צו יעדע צייט ווען אימער זיי גייען ארויס פון שטוב.

וואס איז אויב איך וואוין אין א גרופע הויז מיט געטיילטע איינריכטונגען?

אויב איר וואוינט אין א פלאץ וואס האט א געטיילטע קאך, באדע צומערן אדער אנדער געטיילטע פלעצער, טוט אן א פנים צודעק ווען איר גייט ארויס פון אייער דירה אדער צומער.

צו דארפן קינדער טראגן א פנים צודעק?

קינדער עלטער פון 2 יאר מוזן טראגן א פנים צודעק. באטראכט דאס פאלגענדע:

- פאר יונגע קינדער, פרובירט צו טרעפן א קלענערע פנים צודעק אדער איינס וואס איז געמאכט געווארן פאר קינדער. אויב איר קענט נישט, מאכט קורצ'ער אדער פארריכט דעם פנים צודעק בענדלעך צו מאכן זיכער אז די פנים צודעק פאסט גוט צום קינד'ס פנים.
- קליינע קינדער וועלן פיללייכט צורירן זייער פנים צודעק, און דעריבער זאלן אכטונג געבער זיי וואשן די הענט אדער אפט ארויפלייגן האנט סעניטייזער.
- שולעס און קינדער קעיר פראגראמען האבן ספעציעלע אנווייזונגען. ביטע קוקט איבער אייער קינד'ס שולע אדער פראגראם.

וואס איז אויב איך האב א געזונטהייט פראבלעם וואס מאכט עס שווער פאר מיר צו טראגן א פנים צודעק. צו דארף איך נאך אלס גיין מיט איינס?

אויב איר האט א געזונטהייט פראבלעם וואס מאכט אייך אוממעגליך צו טאלערירן א פנים צודעק, דארפט איר נישט אנטון איינס. דאס מאכט פראקטיצירן פיזישע צוטיילונג און האנט היגיענע פיל וויכטיגער.

צו דארף איך טראגן א פנים צודעק ווען איך מאך איבונגען?

אויב איר מאכט איבונגען אינדערויסן, דארפט איר נישט טראגן א פנים צודעק אזוי לאנג ווי איר האלט זיך כאטש 6 פוס אפגעזונדערט פון אנדערע. ווען איר מאכט איבונגען אין אן אינעווייניגדיגע איבונגען זאל אדער געזונטהייט פאסיליטי, מוזט איר אנטון א פנים צודעק צו יעדע צייט (חוץ אויב איר קענט מעדיציניש דאס נישט טאלערירן אדער אונטער 2 יאר אלט). לויט די NYS פארשריפטן, זענען בענדענעס, באפס און געיטערס **נישט** קיין אנגעמבארע פנים צודעק פאר באכות אין איבונג זאלן און געזונטהייט צענטערן.

צו דארף איך אנטון א פנים צודעק ביי די ארבעט?

איר מוזט טראגן א פנים צודעק ביי די ארבעט, חוץ אויב איר זענט זיכער אז איר קענט זיך האלטן כאטש 6 פוס אפגעטיילט פון אנדערע (אריינגערעכנט מיטארבעטער, קאסטומערס, קליענטן און באזוכער). ארבעטסגעבער מוזן געבן פנים צודעקן פאר זייערע ארבעטערס פריי פון אפצאל. אייער ארבעטסגעבער וועט מעגליך האבן צוגאבליכע פאדערונגען וועגן ווען א פנים צודעק, אדער אנדערע באשיצונג, איז נויטיג. אפילו אויב איר קענט זיך האלטן 6 פוס אפגעטיילט, איז טראגן א פנים צודעק ווי ווייט מעגליך ווען איר ארבעט אינעווייניג און ארום מענטשן שטארק רעקאמענדירט. אויב איר קענט נישט מעדיציניש טאלערירן א פנים צודעק, רעדט זיך דורך מיט אייער ארבעטסגעבער צו זען אויב א מעסיגע פשרה איז מעגליך.

איך האב געהאט COVID-19 און איך פיל שוין בעסער יעצט. צו דארף איך נאך אלס טראגן א פנים צודעק? יא. די NYS פאדערונגען פאר אנטון א פנים צודעק גייט אן אפילו אויב איר האט שוין געהאט COVID-19.

צו קען איך אנטון א פנים פאנצער אנשטאט א פנים צודעק?

א פנים פאנצער איז נישט קיין אנגעמבארע ערזאץ פאר א פנים צודעק אין די יעצטיגע צייט. עס פעלט נאך אויס מער שטודיעס צו דערגיין די ווירקזאמקייט פון פנים פאנצערס צו אפשטעלן לופט טראפענס פון זיך פארשפרייטן. פנים פאנצערס קענען מעגליך באטראכט ווערן פאר באנוץ דורך איינעם וואס קען נישט מעדיציניש טאלערירן א פנים צודעק אדער אין צוגאב צו אנטון א פנים צודעק. עס זאל נישט ערזעצן א פנים צודעק.

ווי אפט דארף איך וואשן מיין פנים צודעק?

מיר רעקאמענדירן צו וואשן סחורה'נע פנים צודעקן איינמאל א טאג אדער נאך בערך אכט שעה פון באנוץ. איר קענט וואשן סחורה'נע פנים צודעקן מיט די הענט נוצנדיג זייף און הייסע וואסער. די פנים צודעק זאל זיין גענצליך טרוקן בעפאר נוצן.

פאר ווי לאנג קען איך נוצן א דיספאזעבל פנים צודעק?

עס איז נישט דא קיין באשטימטע צאל פון צייט. איר קענט מעגליך נוצן די זעלבע דיספאזעבל פנים צודעק פאר אזויפיל ווי פינף טעג. איר אלט ארויסווארפן דיספאזעבל פנים צודעקן אויב זיי ווערן געשעדיגט, שמוציג, אדער נאס.

צו זענען דא פארזיכערונגען וואס איך זאל נעמען מיט מיין פנים צודעק?

נוצן א פנים צודעק אומריכטיג קען פארשפרייטן באצילן. פאר די סיבה, איז וויכטיג צו ריכטיג טראגן, אוועקלייגן און אוועקווארפן אייער פנים צודעק דורך טון די פאלגענדע:

- וואשט זיך די הענט פאר 20 סעקונדעס מיט זייף און וואסער אדער נוצט אן אלקאהאל-באזירטע האנט סעניטייזער יעדעס מאל וואס איר טוט אן און טוט אויס אייער פנים צודעק. אויב איר קענט נישט רייניגן אייערע הענט, זייט זייער פארזיכטיג נישט צו צורירן אייערע אויגן, נאז אדער מויל.
- לייגט נישט א פנים צודעק וואו אנדערע קענען דאס צורירן אדער וואו באצילן וואס זענען פארכאפט אין אייער פנים צודעק קענען צורירן אנדערע אויבערפלאכן, אזויווי קאונטער טאפס אדער אייער קאך טיש.
- ווארפט נישט אייער פנים צודעק לויז אין א זעקל אדער רוקזאק. האלט מיט זיך א קליינע זעקעלע צו אוועקלייגן אייער פנים צודעק אויב איר וועט דאס אויסטון ווען איר זענט נישט אינדערהיים.
- ווארפט אוועק דיספאזעבל פנים צודעקן אין די מיסט. ווארפט זיי נישט אויף די גאס.
- זעט "[How to Put On a Face Covering](#)" (וויאזוי צו אנטון א פנים צודעק) פאר מער אינפארמאציע.

איז מעגליך צו מאכן מיין אייגענע פנים צודעק?

יא. זעט די CDC וועבזייטל פאר [אנווייזונגען](#) וויאזוי צו מאכן א סחורה'נע פנים צודעק.

די NYC געזונטהייט אפטיילונג וועט מעגליך טוישן רעקאמענדאציעס לויט וויאזוי די מצב טוישט זיך. 9.11.20