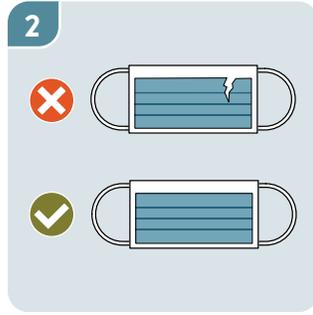


预防传染病的传播:如何使用口罩



1 在触摸口罩之前,请用肥皂和水洗手至少 20 秒。如果没有肥皂和水,可用含酒精的洗手液。



2 检查口罩,以确保它没有破损。



3 将口罩翻转过来,让有颜色的一面朝外。



4 将口罩戴在脸上,如果有金属条,应按压以便与鼻梁贴合。



5 将绳环套在每只耳朵上,或将上下绑带系好。



6 确保嘴和鼻子都被遮盖着并且没有缝隙。将口罩的底部拉到下巴下方,使口罩展开。



7 再次按紧金属条,使其与您的鼻型贴合,然后再次洗手。



8 戴着口罩时,请勿触摸口罩。如果触摸了,请洗手。



9 如果口罩湿了或脏了,就不要戴了。不要重复使用口罩。请按照正确步骤取下口罩。

取下口罩



1 用肥皂和水或是含酒精的洗手液洗手。



2 向前倾身,取下口罩。仅仅触摸绳环或绑带,而不要触摸口罩的正面。



3 安全丢弃用过的口罩。



4 洗手。如果需要,请按照正确步骤戴上新口罩。

注:图片改编自卑诗疾病控制中心(卑诗省卫生厅)“How to wear a face mask”(如何佩戴口罩)。