

我应该同时戴2个口罩吗？



新冠病毒人传人的传播主要是透过咳嗽，打喷嚏，说话，大声喊叫，唱歌时呼吸道的飞沫扩散到空中而传染的。

布口罩戴在嘴鼻上，可以减少飞沫的喷溅。

提高有效性

使用多层的纺织口罩或是戴双层口罩。使用棉麻，棉雪纺或棉法兰绒等混纺织物组合。高线数值的纺织物是最有效的。戴上两个口罩可以提高有效性。在医用口罩上加戴一个布口罩可提供类似在研究中发现更具保护性的滤布组合。医用口罩起着过滤的作用，而布口罩则提供了额外的一层保护，同时提高了贴合性。

保持口罩清洁。布口罩弄脏时就清洗，或至少每天清洁一次。布口罩可以和普通衣物一起定期清洗。根据纺织物的标签设置适当的洗衣机按键和使用的洗衣粉。



口罩的有效性

许多感染了新冠病毒的人从未出现过症状，但仍有可能传染给别人。有些生病的人可以在自己无任何症状之前就开始传染给他人。

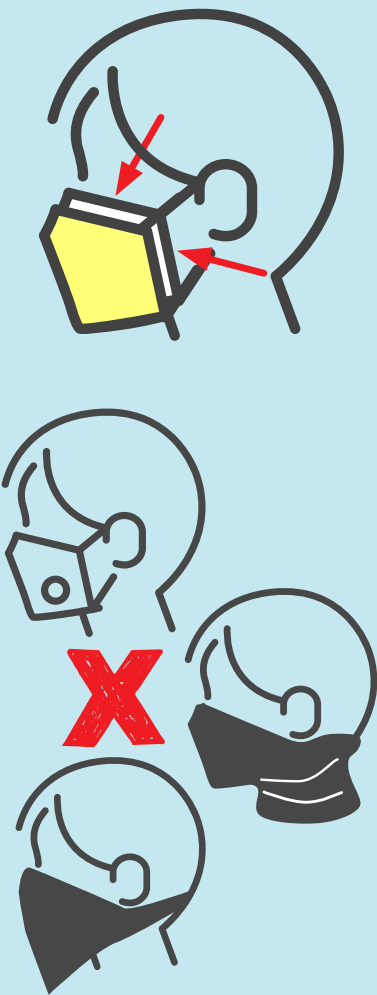
口罩已经被证明可以有效的保护佩戴者和戴口罩者周围的人。加上保持社交距离，戴口罩提供了减缓病毒传播的最有效方法。



应该避免

缺口：您的口罩应该贴紧鼻梁面颊，但不能太紧到影响呼吸。主要目的是要将飞沫捕捉在口罩内，不要让飞沫渗出口罩的侧面。这就是为什么将口罩覆盖在鼻子和嘴巴上非常重要的原因，因为它们会产生飞沫。

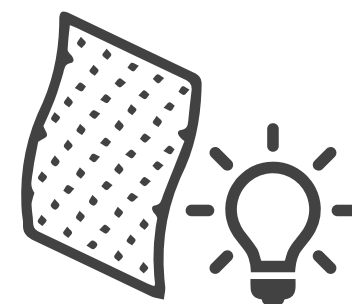
阀门：不要将口罩与呼吸阀门一起使用。呼吸阀门使呼吸变得更容易，但同时也会使飞沫释放到空气中，因此如果您有传染性，阀门就无法保护别人不受感染。保护他人是戴口罩的主要原因。



两岁以下的儿童，或任何呼吸困难的，失去知觉昏迷中的，无行为能力的，或无法在没有帮助的情况下摘下口罩的人，均不应该使用布口罩。

请记住，口罩应该同时覆盖着鼻子和嘴巴，贴紧地但舒适地贴在脸上。

拿着口罩对着光线来测试口罩的纺织物。如果您可以轻松的看着纺织品各别纤维的轮廓，那就不是一个很好的过滤器。



ORANGE COUNTY
HEALTH DEPARTMENT

www.orangecountync.gov/Masks