

如何使面罩贴合得更好，更好地保护



在与 COVID-19 的战斗中，正确佩戴口罩（包住口鼻）对保护自己和周围的人非常重要。有几种方法可以确保您的口罩贴合并正常工作。

使您的口罩适合并更好地工作

- 使用可无缝紧密贴合您的鼻子、嘴巴和下巴的口罩
 - 选择有鼻线的口罩
 - 使用口罩支架
- 外面再加一层
 - 使用有两层或多层可洗、透气织物的布口罩
 - 戴上一次性口罩，再在外面戴一块布面罩
- 将三层口罩的耳圈打结并塞好

很高兴知道

- 戴口罩仍然要保持物理距离
- 口罩可以保护戴口罩的人也可以保护别人
- 面罩，围巾或御寒头套不可以代替口罩
- 不建议带单向阀或通风口的口罩
- 使用后，扔掉一次性口罩，清洗布口罩

选择合适的口罩

- 请勿使用非透气材料（塑料，皮革等）制成的口罩或网眼口罩
- 不要一次戴两个一次性口罩
- 请勿将KN95与其他任何面罩组合使用



免费注册打 COVID-19 疫苗。要了解更多信息，请访问 [Vaccinate.Virginia.gov](https://www.vaccinate.virginia.gov) 或致电 1-877-829-4682。



VDH VIRGINIA
DEPARTMENT
OF HEALTH