Выбор и использование маски

Во многих общественных местах рекомендовано или даже обязательно ношение маски, которая закрывает рот, нос и подбородок, для предотвращения распространения COVID-19.

Тканевая маска

Тканевые маски должны иметь несколько слоев плотного тканого материала и носовой фиксатор.

Одноразовая маска

Обратите внимание на одноразовые маски с носовым фиксатором.

Маска с фильтром

Маски KN95 и N95 имеют фильтр. Определенные типы масок N95 разработаны специально для медицинских работников.

Хирургическая фильтрующая маска-респиратор N95

Хирургические маски N95 разработаны специально для медицинских работников.

Как носить маску: плотное прилегание и хорошее состояние

Хорошее состояние: все маски должны быть чистыми, сухими и в хорошем состоянии. Перед использованием маски убедитесь, что на ней нет повреждений и ушные петли не порвались. Убедитесь, что ваша маска чистая и сухая. Если маску можно стирать, обязательно регулярно стирайте ее. Если маска одноразовая, ее необходимо выбросить, если она загрязнена, повреждена или через нее трудно дышать.

Плотное прилегание: независимо от того, какой тип маски вы используете, убедитесь, что она плотно прилегает к лицу. Маска может прилегать неплотно, если она не подходит по размеру, если она надевается неправильно или вы носите бороду.

Закрывайте маской нос и рот.

Важно убедиться, что маска плотно прилегает к носу, рту и подбородку.

Все маски должны иметь носовой фиксатор, который позволяет надежно зафиксировать верхнюю часть маски в области носа.

Проверьте наличие зазоров по внешним краям маски. Убедитесь, что воздух не выходит из области возле глаз или по бокам маски.

Если ушные петли слишком длинные, завяжите на них узел с каждой стороны, чтобы сделать их короче.

Если сама маска слишком велика, сложите и подверните ненужный материал под края.

Подробнее здесь: COVID-19 Mask Information («Информация о ношении масок во время COVID-19» | Mass.gov или Improve How Your Mask Protects You («Как сделать ношение маски эффективнее») | CDC