



佩戴自製口罩

這片自製口罩是由一位志工所製作，並未經過品質檢驗。它不是醫用口罩的替代品。

自製口罩未被證實能保護您免於病毒感染，且必須與保持身體距離及洗手並用。不應

給 2 歲以下孩童佩戴自製口罩。

關於自製口罩

- 非醫用口罩，可能有助於保護您身邊的人。
- 它提供保護作用，特別是在難以保持身體距離時。
- 佩戴非醫用口罩**不能**取代保持身體距離、洗手，以及監控您的健康。
- 若佩戴非醫用口罩造成您更頻繁地觸碰臉部，可能會增加您被感染的風險。

如何戴上自製口罩

當您佩戴自製口罩時，口罩的外側可能會被細菌汙染，而若您經常觸碰臉部，可能會增加您被感染的風險。

1. 確認口罩是乾淨及乾燥的。
2. 觸碰口罩前，請以溫水及肥皂洗手至少 20 秒。若情況不允許洗手時，請使用最少含有 60% 酒精成份的乾洗手。
3. 確保您的頭髮不妨礙您戴上口罩。
4. 將口罩覆蓋您的口鼻，並以綁帶或鬆緊帶將口罩固定在頭部或耳朵上。
5. 必要時，調整口罩以確保您的口鼻被完全覆蓋。口罩應緊密貼合您的臉頰且不應有任何空隙。
6. 口罩戴好後，請以之前同樣的方式再次洗手。

重要：當您戴上口罩後，避免觸碰您的口罩或臉部是很重要的。若您觸碰了您的口罩或臉部，應立即以溫水及肥皂洗手至少 20 秒。您也可以使用最少含有 60%酒精成份的乾洗手。

如何脫下自製口罩

1. 請以溫水及肥皂洗手至少 20 秒。若情況不允許洗手時，請使用最少含有 60%酒精成份的乾洗手。
2. 從耳朵處將掛繩解開或拿下以脫下口罩。脫下時，請盡量不要觸碰口罩的外側。
3. 若您在外面，請暫時將口罩置於塑膠袋內，並確認封口封妥。
4. 請洗手 20 秒，而若情況不允許洗手時，請消毒雙手。
5. 若您計畫重複使用口罩，請確保在使用前將口罩清洗乾淨。口罩可以以熱肥皂水清洗或與其他衣物一起洗滌。