

# 正确佩戴口罩

口罩的定义为可密切地覆盖一个人的口鼻的紧密编织的布或其他多层吸收性材料。以下是一些指南，以帮助您选择最有效的口罩。

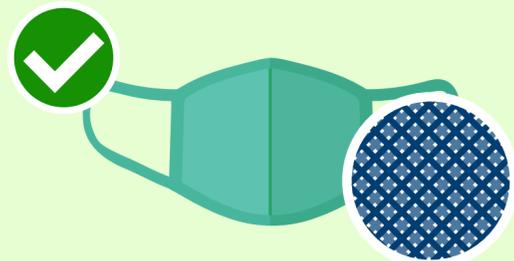
## 建议



正确贴合的口罩（贴近鼻子和下巴，且面部两侧无大缝隙）



含两层或三层的口罩



用紧密编织的织物制成的口罩（即放置在光源下时没有光线渗透的面料）



带内置滤袋的口罩



非医用一次性口罩

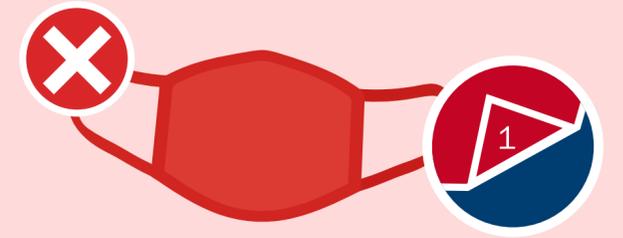


用透气面料（例如棉）制成的口罩

## 不建议



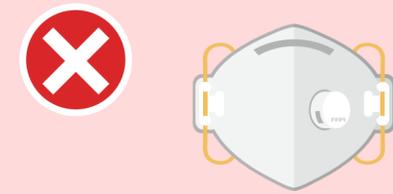
贴合度差的口罩（缝隙大、太松或太紧）



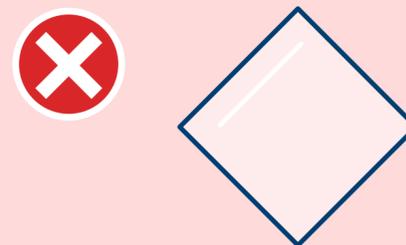
单层的口罩



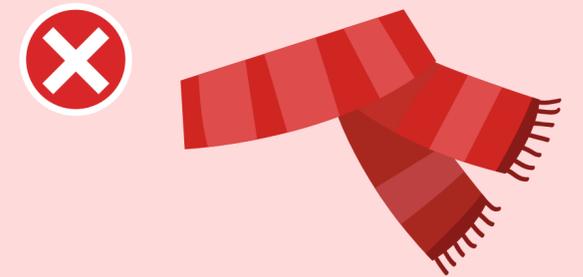
用松散编织的织物或针织制成的口罩（即可渗透光线的面料）



带呼气阀或通风口的口罩



用难以透气的材质制成的口罩（例如塑料或皮革）



戴围巾/滑雪面罩作为口罩

## 需要帮助获取口罩吗？

居民可以从遍布全州的合作伙伴站点获取免费的口罩，其中包括大多数当地的MDHHS办事处以及社区行动机构。查找分发站点或拨打COVID-19热线1-888-535-6136。