Department of Public Health
CITY OF PHILADELPHIA

April 6, 2020

Правила пользования лицевой маской -почему, когда и как.

Почему следует надевать лицевую маску:

Вы можете быть разносчиком COVID-19 вируса, даже не чувствуя себя при этом больным. Некоторые люди могут заразить окружающих, даже не зная, что у них COVID-19.

Когда следует надевать маску:

- В местах приобретения продуктов питания и лекарств.
- В случае необходимости выполнять работу первостепенного значения.
- Если живете, или работаете в многолюдных местах (убежища, дома группового проживания)

***Не** надевайте маску, чтобы повидаться с друзьями или соседями. Оставайтесь дома.*

Маску можно не носить при прогулках ,пробежках, катании на велосипедах самому или вдвоём с тем с кем проживаете вместе и при строгом соблюдении дистанции в 6 футов(2 метра) от других вас окружающих людей.

Правила надевании лицевой маски:

- Для прикрытия лица пользуйтесь кусками обычной ткани, НЕ хирургическими масками или респираторами N95.
- Вы можете приготовить маску в домашних условиях, из уже имеющихся у вас обычных материалов.
- Убедитесь в том, что ваша маска удобно и плотно облегает рот и нос, не оставляя боковых отверстий.
- Используйте 2-3 слоя плотно прилегающей ткани.
- Маска должна быть достаточно удобна, чтобы можно было пользоваться ею, не снимая, в общественных местах. Убедитесь в том, что ее ношение не затрудняет дыхания.
- **Имейте в виду загрязнение маски снаружи:** избегайте трогать руками надетую маску, мойте руки, или используйте ручной дезинфектор до, и после снятия, или поправления маски на лице.
- Выстирывайте вашу тканевую маску при ее загрязнении или увлажнении, и в конце каждого дня.
    - Тканевые маски могут быть простираны обычными моющими средствами, и не должны быть отделены от других предназначенных для стирки вещей.
- Тканевые покрытия лица **не** должны быть использованы для детей младше двух лет, для имеющих проблемы с дыханием, и тех, кто не может снять маску самостоятельно.
- Щитки для лица (face shields) могут быть использованы желающим дополнительной защиты вместе с тканевыми масками, или для замены ими тканевых масок тем, кому тяжело или затруднительно в таких масках дышать.