

## 关于防控新型冠状病毒感染肺炎的温馨提示（二）

佩戴口罩是社会公众预防新型冠状病毒感染的重要手段，在必要的场合，广大师生员工可选择合适的口罩类型佩戴使用，做好自身防护。

### 一、口罩的选择

1. 超市、商场、交通工具、电梯等人员密集区；普通室内办公环境；医疗机构就诊（除发热门诊外）的患者；集中学习和活动的幼托机构儿童、在校学生等，属于较低风险暴露人员，建议佩戴一次性使用医用口罩（YY/T0969）；

2. 居家、通风良好或人员密度低的场所的健康人群，也可以不佩戴口罩。非医用口罩，如面纱、活性炭和海绵等口罩具有一定防护效果，也有降低咳嗽、喷嚏和说话等产生的飞沫播散的作用，可根据情况选用。

### 二、佩戴口罩的步骤

1. 鼻夹侧朝上、深色面朝外（或褶皱朝下）；
2. 上下拉开褶皱，使口罩覆盖口、鼻、下颌；
3. 将双手指尖沿着鼻梁金属条，由中间至两边，慢慢向内按压，直至紧贴鼻梁；
4. 适当调整口罩，使口罩周边充分贴合面部。

### 三、口罩使用注意事项：

1. 应选择合适尺寸合适类型的口罩，并按正确的佩戴步骤佩戴，口罩专人专用，人员间不能交叉使用；

2. 佩戴口罩前应按规定洗手，佩戴时避免接触口罩内侧，佩戴后应避免触摸口罩，若必须触摸，在触摸前、后都要洗手。摘下口罩时，尽量避免触摸口罩的外面，并立即洗手；

3. 在新型冠状病毒感染的肺炎流行期间，在保障公众健康的前提下，可适当延长口罩的使用，包括适当延长口罩使用时间、使用次数。如需再次使用的口罩，可悬挂在洁净干燥通风处，或将其放置在清洁、透气的纸袋中。口罩在脏污、变形、弄湿、损坏或有异味时需要及时更换；

4. 医用标准防护口罩不能清洗，也不可使用消毒剂、加热等方法进行消毒，面纱口罩可清洗消毒，其他非医用口罩可按说明书处理；

5. 健康人群佩戴过的口罩，更换后按照生活垃圾分类的要求处理即可。