



Australian Government

Department of Health

社区中口罩的使用

新冠病毒是指什么？

新冠病毒疾病（COVID-19）是一种呼吸道感染，通过感染者咳嗽或打喷嚏产生的飞沫在人际间传播。

触摸被感染者飞沫污染的物体或表面后，再触摸嘴或脸部也会传染新冠病毒。

是否应该戴口罩？

随着澳大利亚部分地区COVID-19的发病率不断上升，现在一些人需要在公共场合戴口罩——有些情况是建议戴口罩，还有些情况是强制要求戴口罩。要及时了解当地相关卫生建议。如果所在地区的州、领地或地方政府建议民众应该或必须在公共场合戴口罩，请遵照指示行事。定期查看州或领地政府网站或访问Australia.gov.au。

切记，口罩有助于阻止病毒携带者将病毒传染给社区中的其他人。但请注意，戴口罩仅在与其它防疫措施一起使用时才有效。

即使戴口罩，也应保持社交距离，保持良好的手部和呼吸卫生，身体不适时要呆在家里。

如何正确使用口罩？

为避免增加被感染和将病毒传染他人的风险，正确佩戴口罩非常重要。触摸或取下口罩时，手部会受污染。

戴口罩前，取下口罩后，以及佩戴时每次触摸口罩后都要洗手。

戴口罩时，请确保口罩能遮盖住口鼻，并与下巴下方、鼻梁上方和脸的两侧都能严丝合缝。

不要将口罩挂在脖子上，并且任何时候都尽量不要触摸口罩正面。如果口罩变湿润，则需及时更换。

口罩用过该怎么处理？

如果是一次性口罩，那就只能戴一次，用过后放进垃圾箱。

如果是可重复使用的布料口罩，则要在使用后要放进塑料袋中待洗。

布料口罩可以和其他衣服一起机洗，

也可用肥皂和合适的最高水温手洗。

再次使用前，可用烘干机充分烘干或在新鲜空气环境中充分晾干。

保持防疫安全

为了保护社区公众的安全，每个人都应始终遵循三个要点来阻止病毒的传播：

- 无论何时何地，都要尽可能与他人保持至少1.5米的距离。
- 勤洗手，保持良好的卫生习惯。在没有肥皂和水的情况下，使用酒精类湿巾。不要触摸面部，记得咳嗽和打喷嚏时用手肘遮住口鼻，而不要用手。
- 下载COVIDSafe手机应用。COVIDSafe应用有助于追踪使用者曾经密切接触过的人。

现在，如果出现感冒或流感症状，呆在家里比以往任何时候都重要。如果出现发烧、咳嗽、喉咙痛或呼吸急促等症状，请接受新冠病毒检测。人人都可以尽自己的一份力量来阻止COVID-19的传播。

COVIDSafe应用程序更新

除了英语，COVIDSafe应用程序现在还有阿拉伯语、简体中文和繁体中文、越南语和韩语版本。该应用很快还将推出意大利语和希腊语版本。

COVIDSafe应用程序有助于公共卫生官员通知与COVID-19患者有过接触的人。如果您已经下载了该应用程序，则可选择让卫生官员获取该应用程序上的信息。这使他们能够快速正确识别和联系相关人士，防止病毒传播。

关于COVID-19的更多信息

通过官方渠道了解疫情信息很重要。请访问health.gov.au，拨打新冠信息帮助热线（1800 020 080）或口笔译服务（131 450）。