

相关背景

新型冠状病毒（COVID-19）是一种新型病毒，可导致人呼吸道疾病，并可在人与人之间传播。口罩和呼吸器为与呼吸道飞沫和气雾的接触提供了物理屏障。正确使用口罩以及其他预防措施，例如洗手和保持社交距离，这样做可降低 SARS-CoV-2 传播导致被感染 COVID-19 的风险。

有什么样的口罩？

口罩有几种不同的类型，每种都有自己的用途：

- **自制口罩**-自制口罩旨在防止咳嗽和打喷嚏，并防止疾病传播给他人。当人们无法保持社交距离时，建议普通大众使用这个。如果您咳嗽或打喷嚏，使用公共交通工具或购物以及在杂货店和药房等重要公司工作时，请使用这些口罩。每次使用后应清洗自制口罩或布口罩，潮湿时请勿佩戴。
- **外科口罩**-外科口罩是专为医护人员设计的，以防止病毒气雾被佩戴者传播。建议保健提供者在单次或多次患者互动或常规保健程序期间使用这种口罩。如果没有 N95 口罩，也建议使用手术口罩。理想情况下，每次见完患者后应将其丢弃。延长使用时间比重用更可取。当供应有限时，两者都是重要且可行的选择。
- **N95 呼吸器**-N95 呼吸器是为高风险情况下的医护人员设计的，可保护佩戴该呼吸器的人员免受气雾、飞溅物、喷雾或血液的伤害。建议医疗保健提供者在执行可能会使他们最容易受到病毒感染的程序时使用。理想情况下，每次见完患者后应将其丢弃。延长使用时间比重用更可取。当供应有限时，两者都是重要且可行的选择。

我应该戴哪种口罩？

- 我是一般市民，应该戴**自制**口罩。我可以制作自己的口罩或使用围巾或头巾。
- 我是处于中等风险状况的医护人员，或者是处于医疗环境中的患者-我应该佩戴**外科**口罩。
- 我是处于高危情况下的医护人员-我应该戴 **N95 呼吸器**。

有关更多信息的资源

有关口罩的更多信息，请遵循疾病预防控制中心的[关于优化个人防护设备供应的策略](#)的相关指南。

关于 COVID-19 在宾夕法尼亚州的更多信息，请登录

<https://www.health.pa.gov/topics/disease/Pages/Coronavirus.aspx> 查看。

有关美国和全球冠状病毒的最新信息可登录 [疾病预防控制中心网站](#) 查看。

疾病预防控制中心（CDC）有关您生病该怎么办的其他信息，请参见 [此处](#)。

我们也提供帮助。请发短信 PA 给危机信息中心，号码是 **741-741**。