

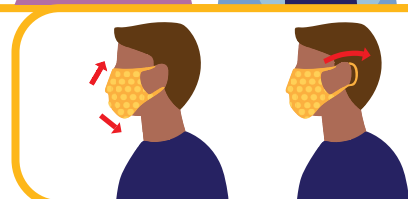
Hướng dẫn Sử dụng Khăn / Khẩu trang Che mặt

Dùng khăn/khẩu trang che kín mũi và miệng giúp giảm sự lây lan của COVID-19 khi kết hợp với giữ khoảng cách giao tiếp, rửa tay và ở nhà khi bị bệnh hoặc khi đang cách ly



Khăn che mặt là gì?

- ▶ Che mũi và miệng, bọc dưới cằm và không có khoảng trống lớn nào xung quanh khuôn mặt của quý vị
- ▶ Cố định bằng dây đai hoặc quấn quanh mặt dưới để ngăn nó trượt xuống mũi của quý vị
- ▶ Có thể mua ở tiệm (dùng một lần hoặc vải) hoặc tự làm ở nhà từ các vật dụng bằng vải như áo phông hoặc khăn quàng cổ
- ▶ Có thể được làm từ nhiều loại vật liệu, chẳng hạn như cotton, lụa hoặc vải lanh.



Tại sao quý vị cần đeo khăn che mặt?

- ▶ Giúp bảo vệ quý vị và những người khác khỏi sự lây lan của COVID-19. Khi kết hợp với giữ khoảng cách giao tiếp, rửa tay và ở nhà khi bị bệnh hoặc cách ly sau khi bị phơi nhiễm do tiếp xúc với người bệnh.
- ▶ Giúp hạn chế việc phát ra các giọt khí khi nói, ho, hắt hơi, hát hoặc tập thể dục
- ▶ Tăng cường hiệu ứng giữ khoảng cách giao tiếp bằng cách báo hiệu nhu cầu phải xa nhau



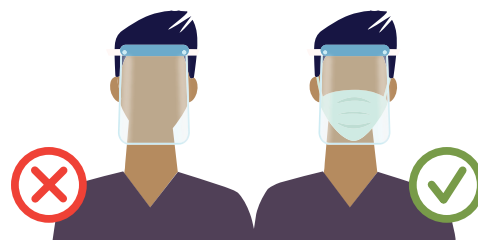
Cách để Hủy hay Giữ Khăn che mặt?

Khẩu trang dùng một lần

- ✓ Không sử dụng lại khẩu trang sử dụng một lần
- ✓ Vứt bỏ sau mỗi lần sử dụng

Khẩu trang vải

- ✓ Giặt khăn che/khẩu trang bằng vải thường xuyên bằng chất tẩy rửa và nước nóng, tốt nhất là sau mỗi lần sử dụng hoặc ít nhất là hàng ngày
- ✓ Để riêng khăn che mặt đã sử dụng và đã giặt sạch giữa các lần giặt
- ✓ Vứt bỏ bất kỳ khăn che mặt nào không còn che được mũi hoặc miệng của quý vị, bị hỏng hoặc không thể giữ kín trên mặt quý vị



Tấm che mặt không phải là khăn che mặt/khẩu trang.

Tấm che mặt có thể được sử dụng thêm vào, nhưng không thay thế cho khăn che mặt.

[Hướng dẫn Bổ sung về Tấm che mặt.](#)

Hướng dẫn Sử dụng Khăn / Khẩu trang Che mặt



Khi nào thì cần đeo khăn che mặt?

Ở California, bất kỳ ai từ hai tuổi trở lên **phải** đeo khăn che mặt khi ra ngoài nơi cư ngụ.

Khi nào thì Tôi có thể Bỏ Khăn che mặt ra khi Ra ngoài Nơi cư ngụ của Tôi?

Có một số ít trường hợp hạn chế mà quý vị được miễn đeo khăn che mặt hoặc có thể tạm thời tháo khăn che mặt bên ngoài nhà của quý vị. Ví dụ:



Lái xe trên ô tô
một mình hoặc với
hộ gia đình của quý vị



Làm việc một mình
trong một văn phòng
hoặc phòng



Ăn và uống, trong khi
duy trì khoảng cách 6'
cách các hộ gia đình khác



Ở ngoài trời trong khi
duy trì khoảng cách 6'
với các hộ gia đình khác



Phải thực hiện thủ thuật
y tế hoặc nha khoa



Giao tiếp thông qua ngôn
ngữ ký hiệu và/hoặc đọc
qua khẩu hình



Được miễn do có tình trạng
y tế, sức khỏe tâm thần,
hoặc khuyết tật



Đeo thiết bị bảo vệ đường
hô hấp theo yêu cầu công
việc



Được những miễn trừ khác
theo quy định của CDPH

Xem toàn bộ [Hướng dẫn về việc Sử dụng Khăn che mặt](#)
Xem thêm thông tin khác về khăn che mặt tại trang [web về Khăn che mặt của CDC](#)