



2020 年 4 月 8 日

健康建議：新型冠狀病毒 (COVID-19) 和使用布面罩

紐約州衛生廳 (New York State Department of Health, NYSDOH) 繼續研究和應對 SARS-CoV-2 病毒的傳播和影響，這種病毒導致了新型冠狀病毒疾病。

最近的研究表明，感染該病毒的人有相當一部分是無症狀的。無症狀的人，即使最終出現症狀，也會在出現症狀之前把病毒傳播給他人。這意味著，即使這些人當時沒有表現出症狀，病毒也可以在距離較近的人之間傳播——例如，說話、咳嗽或打噴嚏。

考慮到這一新證據，紐約州衛生廳支持那些選擇在公共場合戴面紗的公眾，因為在公共場合很難維持社交距離（例如雜貨店和藥店），**尤其是在社區傳播嚴重的地區。**

重要的是要強調保持社交距離，在公共場合保持至少 **6 英尺** 的距離，並盡可能待在家裡，這對減緩病毒傳播至關重要，即使戴著口罩也是如此。雖然遮臉布可能無法防止佩戴者感染，但它們可能有助於減緩病毒從感染者身上傳播的速度。

除了推薦的社交距離，這種由家庭用品製成或在家用普通材料以低成本製成的面罩，可以作為額外的、自願的公共衛生措施。醫用口罩和 N-95 呼吸防護口罩是醫療工作者和其他急救人員必須繼續保留的關鍵物資。

紐約民眾戴著面紗時，他們應該：

- 確保它們緊貼身體，遮住鼻子和嘴巴。
- 面紗髒濕時，經常更換和清洗。
- 不要滿足於其他保護措施。
  - 請勿觸摸面罩或臉部。
  - 繼續保持警覺，經常徹底洗手。
    - 肥皂和水，或含酒精 **60%** 以上的洗手液。
  - 練習呼吸禮儀，咳嗽或打噴嚏時要遮掩。
  - 即使戴著面罩，也要保持距離。
  - 待在家裡，幫忙把曲線變平！

更多資訊請訪問紐約州衛生廳新型冠狀病毒網頁：<https://www.ny.gov/coronavirus>。