

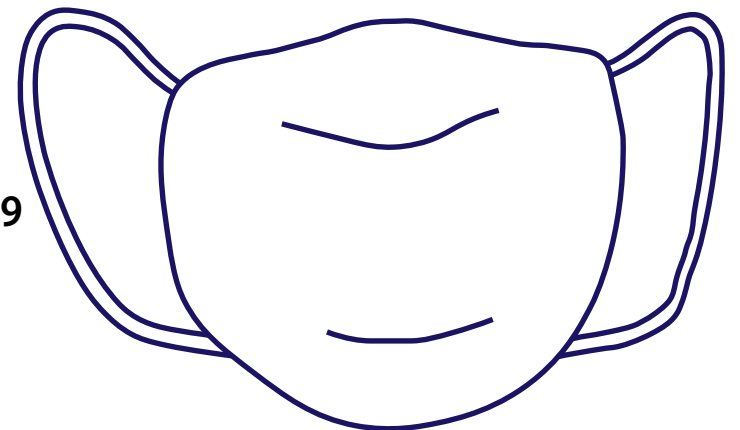


Нужно ли мне носить маску?

Маски являются дополнительной мерой предосторожности для защиты от COVID-19 в районах с передачей инфекции среди населения. Ознакомьтесь с советами вашего штата и территории о рекомендациях и требованиях к ношению масок. Если вы находитесь в ситуации, когда физическое дистанцирование затруднено, например, в общественном транспорте, вы можете носить маску.

Чтобы не заразиться COVID:

- Мойте или дезинфицируйте руки
- Соблюдайте физическую дистанцию (1,5 м)
- Своевременно обновляйте свою иммунизацию против COVID-19
- Оставайтесь дома, если вы плохо себя чувствуете, и пройдите тест.



Если вы решите носить маску:



Мойте руки перед тем, как надеть маску



Убедитесь, что она закрывает нос и рот и плотно прилегает к подбородку, переносице и краям лица.



Не прикасайтесь к передней части маски во время ее ношения или снятия. Если вы прикоснулись к маске, немедленно вымойте или продезинфицируйте руки. Не позволяйте маске висеть на подбородке или шее.



Вымойте или продезинфицируйте руки после снятия маски.



Стирайте тканевые маски после каждого использования или как минимум ежедневно.



***Одноразовые маски нельзя использовать повторно, их следует выбрасывать сразу после использования.**

Важно: Людям с хроническими респираторными заболеваниями следует обратиться к врачу, прежде чем использовать маску.

Чтобы получить дополнительную информацию, позвоните в National Coronavirus Helpline по телефону **1800 020 080**, выберите **опцию 8** если вам нужен переводчик, или посетите **www.health.gov.au**