

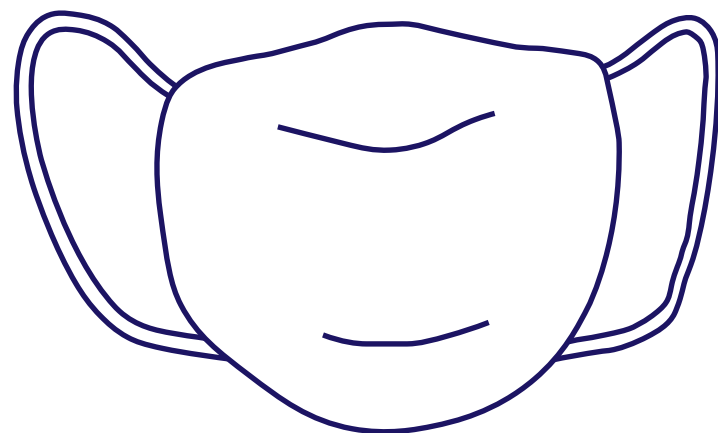


我需要戴口罩吗？

在有社区传播的地区，戴口罩是预防感染 COVID-19 的一种额外措施。关于戴口罩的建议和要求，请查阅当地州和领地的建议。如果身处的环境中（如在公共交通工具上）很难保持社交距离，则可自愿选择戴口罩。

要避免感染 COVID：

- 洗手或给手消毒
- 保持社交距离（1.5 米）
- 保持最新的 COVID-19 疫苗接种状态。
- 如果身体感到不适，要呆在家中，并接受检测。



如果选择戴口罩：



戴口罩前要洗手



确保口罩能够遮住口鼻，并可紧紧贴合在下巴下方、鼻梁和脸颊。



佩戴时或摘下口罩时，请勿触摸口罩的正面。如果接摸了口罩，请立即洗手或给手消毒。不要把口罩挂在下巴或脖子上。



摘下口罩后要洗手或进行消毒。



每次使用后都要清洗布质口罩，或至少每天清洗一次。



***一次性口罩不应重复使用，使用后应立即丢弃。**

注意：患有慢性呼吸道疾病的人在使用口罩前应征求医生的意见。

欲了解更多信息，请拨打 National Coronavirus Helpline：**1800 020 080**，选择 **选项8** 获取口译服务，或访问 **www.health.gov.au**