

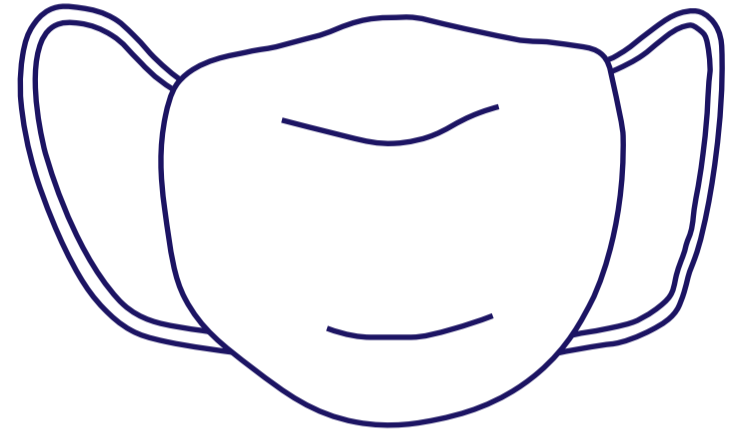


# Tôi Có Cần Đeo Khẩu trang hay không?

Khẩu trang là biện pháp đề phòng bổ sung để bảo vệ chống lại COVID-19 ở những nơi có vi-rút lây lan trong cộng đồng. Hãy xem lời khuyên của tiểu bang và lãnh thổ địa phương của quý vị về các khuyến nghị và yêu cầu về khẩu trang. Nếu quý vị ở trong tình huống khó duy trì khoảng cách giữa người này với người kia chẳng hạn như trên phương tiện chuyên chở công cộng, quý vị có thể chọn đeo khẩu trang.

## Để giữ gìn không bị COVID:

- Rửa hoặc sát trùng tay
- Duy trì khoảng cách đối với người khác (1,5m)
- Luôn chích ngừa COVID-19 đầy đủ
- Hãy ở nhà nếu không khỏe và hãy xét nghiệm.



Nếu quý vị chọn đeo khẩu trang:



Rửa tay sạch sẽ trước khi đeo khẩu trang



Bảo đảm khẩu trang che mũi và miệng quý vị và vừa khít dưới cằm, phủ lên sống mũi và áp vào hai bên mặt.



Đừng chạm vào mặt trước khẩu trang khi đeo vào hoặc khi tháo ra. Nếu chạm vào khẩu trang, quý vị hãy rửa hoặc sát trùng tay ngay lập tức. Đừng để khẩu trang thòng xuống quanh cằm hoặc cổ.



Rửa hoặc sát trùng tay sau khi tháo khẩu trang ra.



Giặt khẩu trang vải sau mỗi lần sử dụng, hoặc tối thiểu giặt hàng ngày.



\*Khẩu trang sử dụng một lần không nên sử dụng lại và nên vứt bỏ ngay sau khi sử dụng.

**Điều quan trọng:** Người có vấn đề sức khỏe đường hô hấp kinh niên nên hỏi bác sĩ trước khi sử dụng khẩu trang.

Muốn biết thêm thông tin, hãy gọi cho National Coronavirus Helpline qua số **1800 020 080**, bấm **số 8** để sử dụng dịch vụ thông dịch viên hoặc truy cập **www.health.gov.au**