



Bagay pou Kouvri Figi

Komisyon Sante Piblik Boston (Boston Public Health Commission, BPHC) an ankouraje moun yo pou kouvri figi yo lè yo kite lakay yo po anpeche transmisyon COVID-19. Tout moun toujou bezwen kontinye pratike distans sosyal ak bon ijyèn men, menm lè yo mete yon bagay pou kouvri figi a. Lè moun mete yon bagay pou kouvri figi a sa ede moun ki gen viris la epi ki pa konnen sa, anpeche transmèt li ba lòt moun. Nou ankouraje moun k ap viv nan Boston pou yo rete lakay yo otan ke posib, sitou si yo malad.

Kisa ki yon bagay pou kouvri figi a?

Yon bagay pou kouvri figi a se nenpòt papye oswa twal (tankou yon bandana oswa echap) ki byen kouvri epi sekirize bouch ak nen yo. Bagay pou kouvri figi yo ki rekòmande se pa yon mask chirijikal ni respiratè atifisyèl N-95. Bagay sa yo se materyèl ki enpòtan anpil e dwe kontinye rezève pou travayè swen sante yo ak lòt moun premye sekouris medikal yo.

Kimoun dwe mete yon mask pou kouvri figi a?

Nou ankouraje nenpòt moun ki bezwen soti kay la pou mete yon mask figi epi pou li pratike distans sosyal.

Moun ki malad pa dwe kite kay la epi yo ta dwe mete yon mask figi pandan yo andedan kay la si yo pa ka rete sou yon distans 6 pye avèk lòt moun yo. Moun ki malad ki bezwen kite lakay, tankou pou chèche swen ijans, ta dwe toujou mete yon mask figi.

Dapre CDC, moun pa ta dwe mete yon mask figi sou jenn timoun ki poko gen 2 zan, ni sou moun ki gen pwoblèm pou l respire, ki pèdi konesans, ki enkapab, oswa ki pa kapab retire mask la san asistans.

Koman mwen ta dwe mete yon mask pou kouvri figi mwen?

Mask figi a ta dwe:

- Anfòme alèz kont bò figi a
- Byen sekirize ak tach kòdon oswa bouk zòrèy
- Gen ladan anpil kouch twal, si mask la fèt avèk twal
- Pèmèt ou respire san restriksyon

Èske mwen bezwen mete yon mask figi tout tan lè mwen deyò kay la?

Nou ankouraje nenpòt moun ki bezwen deyò kay li pou mete yon mask figi epi pou li pratike distans sosyal.

Si yon moun malad, wi, li ta dwe mete yon mask figi toutan lè li deyò. Moun ki gen COVID-19 dwe rete lakay yo epi sèlman kite kay yo pou yo resevwa swen medikal esansyèl oswa pou nesosite debaz, tankou achte manje angwo.

Èske mwen ta dwe mete yon mask figi pandan m'ap fè egzèsis?

BPHC ankouraje tout moun pou yo mete yon mask figi lè yo deyò. Lè w'ap fè egzèsis, si ou bezwen retire mask la pou ou ka respire pi byen, asire ke pa gen moun bò kote w anvan w retire mask la. Kenbe mask figi ou fasil disponib pou ou kapab mete li ankò si yon moun ta dwe vini sou yon distans 6 pye avèk ou. Li enpòtan tou pou moun yo rete sou yon distans omwen 6 pye avèk lòt moun. Moun yo ta dwe sèlman fè egzèsis si sa pèmèt yo kenbe distans fizik avèk lòt moun. Mache, kouri, ak monte bisiklèt se kèk bon egzanp aktivite ki pa mande ekipman komen oswa kontak sere avèk lòt moun.

Yo ta dwe moun ki te gen COVID-19 ak kounye a pi bon mete yon figi ki kouvri?

Èske moun ki te genyen COVID-19 ki fin refè toujou dwe mete yon mask figi?

Gen anpil enfòmasyon nou toujou pa konnen sou COVID-19, tankou kantite tan viris la rete nan kò yon moun epi si li posib pou moun ki te malad avèk viris la vin malad ankò. Pou rezon sa a, nou rekòmande pou moun yo kontinye pratike distans fizik ak lòt prekosyon yo menm apre yo fin refè COVID-19. Sa gen ladan mete yon mask figi lè yo deyò lakay la.

Poukisa n'ap fè rekòmandasyon sa a kounye a?

Gen anpil enfòmasyon nou ap toujou aprann konsènan COVID-19. Men, gen prèv ki montre ke moun ki pa gen sentòm kapab transmèt viris la, ke goutlèt ki soti bouch ak nen yo lè moun yo ap respire, pale, oswa chante ka transmèt COVID-19 antre moun yo. Itilizasyon yon mask figi pral ede sispann transmisyon COVID-19. Rete lakay ou ak pratike distans fizik ak bon ijyèn men se toujou fason yo ki pi enpòtan pou sispann transmisyon COVID-19.

Ki kalite mask figi ki pi bon, papye oswa twal?

Swa papye oswa twal pou kouvri figi ou bon depi li kouvri nen ak bouch ou. Mask figi yo ki rekòmande se pa mask chirijikal oswa respiratè atifisyèl N-95. Mask figi sa yo se materyèl ki enpòtan anpil epi nou dwe kontinye rezève yo pou travayè swen sante yo ak lòt premye sekouris medikal pou yo kapab pran swen moun ki nan yon kondisyon kritik. Travayè swen sante yo ak premye sekouris medikal yo pa kapab kenbe distans fizik avèk lòt moun, evite moun malad yo, epi yo pa kapab evite kontak avèk fliyid kò lòt moun tankou sekresyon respiratwa ak krache, kidonk li enpòtan anpil pou nou rezève mask sa yo pou yo.

Apre konbyen tan yon mask figi ki fèt avèk twal ta dwe lave?

Li rekòmande yon mask figi ki fèt avèk twal lave yon fwa pa jou alamen oswa nan machin avèk detèjan. Mask figi a ta dwe konplètman sèk anvan ou itilize li ankò. Moun yo ta dwe gen plizyè mask figi pou yo kapab fè wotasyon pou lave yo.

Pou konbyen tan yon mask figi ki fèt avèk papye kapab itilize?

Moun ki pa travayè swen sante ta dwe itilize yon mask figi ki fèt avèk papye yon sèl fwa. Yon nouvo mask figi ki fèt avèk papye ta dwe itilize chak jou. Mask figi travayè swen sante yo, tankou mask respiratè atifisyèl N-95 oswa mask chirijikal, pa ta dwe itilize pou rezon konsève ekipman pwoteksyon pou travayè swen sante yo ak moun k ap sèvi nan liy devan yo pou bay repons pou COVID-19.

Èske gen prekosyon mwen bezwen pran lè m ap retire mask figi mwen?

- Lave men ou pou 20 segonn avèk savon ak dlo chak fwa w ap mete ak retire mask figi ou. Si savon ak dlo pa disponib, itilize yon dezenfektan ki baze nan alkòl.
- Moun yo ta dwe fè atansyon pou yo pa touche je yo, nen yo, oswa bouch yo lè y ap retire mask figi a.
- Pa mete yon mask figi ki deja itilize nan yon kote lòt moun kapab manyen li oswa kote jèm ou ki andan mask figi ou ka touche lòt sifas yo, tankou sou yon kontwa oswa yon tab kizin.
- Ou ta dwe jete yon mask figi ki fèt avèk papye ou itilize nan yon poubèl nan fen jounen pou lòt moun pa vini an kontak ak li.
- Pa mete mask figi ou lach nan valiz ou. Kenbe yon sache papye oswa plastik pou ou kapab mete mask figi ou andan li si w'ap retire li anvan ou antre lakay ou.

Èske li posib pou ou fè pwòp mask figi ou?

Wi. Yon mask figi kapab fèt ak yon echap, bandana, oswa lòt twal. Pou swiv enstriksyon sou fason pou fè yon mask figi ki fèt avèk twal nan lakay ou, vizite sitwèb <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/cloth-face-cover.html>.

