

## Dùng Vải Che Mặt để Giúp Làm Chậm sự Lây Lan của COVID-19

### Các Đeo Vải Che Mặt

#### Vải che mặt nên—

- vừa vặn thoải mái nhưng khít vào hai bên mặt
- đeo bằng cách buộc lại hoặc đeo vào tai
- bao gồm nhiều lớp vải
- cho phép thở mà không bị gò bó
- có thể được giặt và sấy khô bằng máy mà không gây hư hại hoặc thay đổi hình dạng

#### Hướng Dẫn của CDC (Trung Tâm Kiểm Soát và Phòng Chống Dịch Bệnh) về Vải Che Mặt Tự Làm Ở Nhà

CDC khuyến quý vị nên đeo vải che mặt ở nơi công cộng nơi khó thực hiện các biện pháp hạn chế giao tiếp khác (ví dụ: cửa hàng tạp hóa và nhà thuốc), **đặc biệt** là tại các khu vực có tình trạng lây nhiễm trong cộng đồng nghiêm trọng.

CDC cũng khuyến quý vị nên sử dụng các miếng vải che mặt đơn giản để làm chậm sự lây lan của siêu vi này và giúp hạn chế việc những người có thể đã nhiễm siêu vi mà không hay biết lây bệnh cho người khác. Vải che mặt tái chế từ các vật dụng trong gia đình hoặc làm từ các chất liệu thông thường có chi phí thấp có thể được sử dụng trong vai trò như là một biện pháp y tế cộng đồng tự nguyện thêm vào.

Vải che mặt không nên được đeo cho trẻ em dưới 2 tuổi, bất kỳ ai có vấn đề hô hấp, hoặc bất tỉnh, mất khả năng hoặc không thể tháo vải che mặt ra mà không có sự trợ giúp. Không khuyến khích dùng khẩu trang phẫu thuật hoặc khẩu trang trợ thở N-95 để làm vải che mặt. Đó là những vật tự quan trọng phải tiếp tục được để dành cho các nhân viên y tế và các nhân viên cấp cứu y tế khác, theo khuyến nghị của quy định hướng dẫn hiện hành của CDC.

#### Có nên thường xuyên giặt rửa hay làm sạch vải che mặt theo cách khác không? Bao lâu thì làm một lần?

Có. Vải che mặt nên được giặt rửa thường xuyên tùy thuộc vào tần suất sử dụng.

#### Làm thế nào để khử trùng/làm sạch vải che mặt một cách an toàn?

Máy giặt có đủ khả năng để giặt vải che mặt một cách phù hợp.

#### Làm thế nào để tháo vải che mặt đã qua sử dụng một cách an toàn?

Các cá nhân nên cẩn thận để không chạm vào mắt, mũi, và miệng của họ khi gỡ bỏ vải che mặt và rửa tay ngay sau khi gỡ bỏ.

