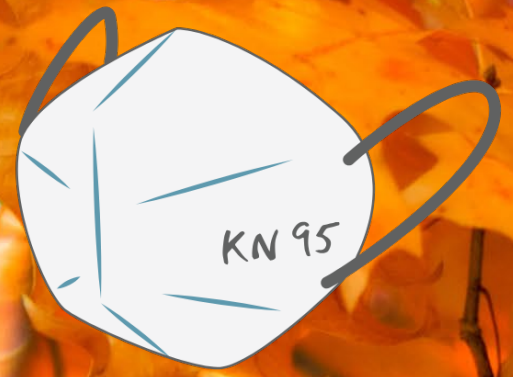


# 口罩季來臨！



**呼吸道疾病高發季節來臨！** 重症高風險人群及其家庭成員應考慮在室內佩戴口罩。實際上，對於任何想要降低呼吸道病毒感染風險的人來說，佩戴口罩都是最佳選擇。

## 我應該佩戴哪種口罩？

- N95/KN95/KF94口罩的防護效果最佳。
- 口罩應緊密貼合鼻子、嘴巴和下巴。
- 2歲以下兒童不應佩戴口罩，任何人都不能戴著口罩睡覺。

## 口罩有什麼作用？

口罩可以保護佩戴者及其周圍人群，避免其感染和傳播COVID-19、流感、呼吸道融合病毒RSV及其他呼吸道病毒。

除下列情形外，阿拉米達縣口罩佩戴指南與加州相關規定保持一致：

特定醫療環境中的工作人員在面對患者時必須佩戴口罩。



**Public Health  
Department**  
Alameda County Health

欲瞭解更多資訊，請查閱：  
[CDPH《何時需要佩戴口罩》](#)