



بدأ موسم ارتداء الكمامات

ها قد وصل موسم الفيروسات التنفسية مع دخول فصلي الخريف والشتاء! يُنصح بارتداء الكمامة لجميع الأشخاص المعرضين لخطر الإصابة بكوفيد-19 الحاد وأفراد أسرهم. في الحقيقة، هذا هو الوقت المناسب للجميع للتفكير في ارتداء الكمامات في الأماكن العامة المغلقة.

كيف توفر الكمامات الحماية اللازمة؟

تحمي الكمامات مرتديها والأشخاص المحيطين به من الإصابة بفيروس كورونا (كوفيد - 19) وانتشاره. كما تساعد الكمامات أيضًا على حمايتك من الإصابة بالفيروسات التنفسية الأخرى، مثل الإنفلونزا والفيروس المخلوي التنفسي (RSV).

ما نوع الكمامة الذي يجب أن ارتديه؟

- توفر الكمامات N95/KN95/KF94 أفضل مستوى من الحماية.
- يجب أن تغطي الكمامات أنفك وفمك وذقنك بشكل محكم.
- لا ينبغي إلزام الأطفال أقل من عامين بارتداء الكمامات ولا ينبغي لأي شخص ارتداء الكمامة أثناء النوم.

تتبع مقاطعة ألاميدا إرشادات ارتداء الكمامات التي وضعتها الولاية، باستثناء أنه:

- يتعين على العاملين في بعض أماكن الرعاية الصحية ارتداء الكمامات عند التعامل مع المرضى.



للحصول على مزيد من المعلومات، تفضل بزيارة الموقع الإلكتروني الآتي:

[CDPH When to Wear A Mask](#)



ALAMEDA COUNTY HEALTH CARE SERVICES AGENCY
PUBLIC HEALTH DEPARTMENT