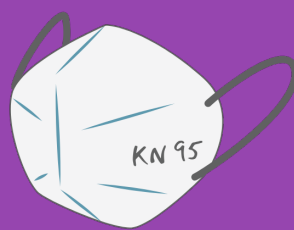


إنه موسم الكمامات!



لقد حلّ موسم الفيروسات التنفسية!

ينبغي للأشخاص الأكثر عرضة للإصابة بأمراض شديدة وأفراد أسرهم الاهتمام بارتداء الكمامة في الأماكن العامة المغلقة. ففي الواقع، يعد ارتداء الكمامة خيارًا ممتازًا لأي شخص يرغب في تقليل مخاطر الإصابة بفيروس تنفسي.

ما نوع الكمامة التي يجب أن أرتديها؟

- توفر كمامات N95 و F94 أفضل طرق حماية.
- يجب أن تكون الكمامة مثبتة بإحكام وتغطي الأنف والفم والذقن.
- ينبغي للأطفال دون عمر سنتين عدم ارتداء الكمامات، كما يجب على أي شخص عدم ارتداء الكمامة أثناء النوم.

ما فائدة الكمامات؟

تحمي الكمامات مرتديها ومن حولهم من الإصابة ونقل كوفيد-19 وغيره من الفيروسات التنفسية، مثل الإنفلونزا والفيروس المخلوي التنفسي.

تلتزم مقاطعة ألاميدا بإرشادات الولاية الخاصة بارتداء الكمامات، باستثناء:

يوصى بأن يرتدي الموظفون والزوار في بعض المرافق الصحية الكمامات في مناطق تقديم الرعاية للمرضى.



**Public Health
Department**
Alameda County Health

لمزيد من المعلومات:

<https://bit.ly/WhentoWearMask>