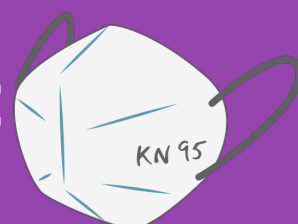


Panahon na para magsuot ng Mask!



Panahon na naman ng virus sa бага!

Ang mga tao na mataas ang panganib sa malubhang sakit at ang kanilang mga miyembro ng sambahayan ay dapat magsuot ng mask kapag nasa loob.

Sa katunayan, maganda ang pagsusuot ng mask para sa sinumang gustong bawasan ang kanilang pagkakasakit mula sa virus sa paghinga.

Anong uri ng mask ang dapat kong isuot?

- Ang N95/KN95/KF94 na mga mask ay nagbibigay ng pinakamahusay na proteksyon.
- Dapat kasyang-kasaya ang mga mask sa iyong ilong, bibig at baba.
- Ang mga bata na wala pang 2 ay hindi dapat magsuot ng mga mask at hindi dapat magsuot ng mask kapag natutulog.

Sumusunod ang Alameda County sa gabay ng estado sa pagsusuot ng mask, maliban sa:

Inirerekomendang magsuot ng mask ang mga kawani at bisita sa ilang setting para sa pangangalagang pangkalusugan sa mga lugar kung saan nangangalaga ng pasyente.



Paano gumagana ang mga mask?

Pinoprotektahan ng mga mask ang nagsusuot nito at ang mga nasa paligid nila mula sa pagkakaroon at pagkakalat ng COVID-19 at iba pang mga virus sa paghinga tulad ng trangkaso at RSV.



**Public Health
Department**
Alameda County Health

Para sa Higit Pang Impormasyon:
<https://bit.ly/WhentoWearMask>