

أقنعة وأغطية للوجه لمواجهة فيروس كورونا

يجب عليك ارتداء شيء يغطي وجهك عند التسوق، أو المواصلات، أو الحصول على رعاية صحية.

يجب ارتداء غطاء للوجه عندما تكون:

- الانتظار في الطابور عند الذهاب إلى داخل المتجر
- التسوق في المتجر
- في وسائل النقل العام (أو في انتظار ذلك)
- في سيارة أجرة أو سيارة نقل مشتركة
- البحث عن رعاية صحية
- الذهاب إلى المرافق المسموح لها بالبقاء مفتوحة، مثل المباني الحكومية
- العمل في وظيفة أساسية تتفاعل مع العامة

لن يُسمح لك بالذهاب إلى الأعمال أو وسائل النقل العام إذا لم تكن ترتدي غطاء وجه.

لست بحاجة إلى ارتداء غطاء للوجه إذا كنت تقود المركبة بنفسك أو مع آخرين من عائلتك.

[بيدا سريان هذا القانون](#) في تمام الساعة 11:59 مساءً في 17 أبريل 2020. ولن نبدأ الإلزام في تنفيذه حتى الساعة 8 صباحًا في 22 أبريل 2020 لمنحك الوقت للحصول على أغطية الوجه.

البقاء في المنزل لا يزال أفضل حماية

إن تغطية وجهك لا يغير من قانون الاحتماء في اماكنكم، مما يتطلب من الناس البقاء في المنزل قدر الإمكان والحفاظ على الابتعاد الجسدي عن طريق البقاء على بعد 6 أقدام من الآخرين.

قد تمنع أغطية الوجه القماشية، عند دمجها مع التباعد الجسدي وغسل اليدين، انتقال فيروس كورونا عن طريق تقليل رذاذ وقطرات الجهاز التنفسي.

لماذا هذا مطلب: أغطية الوجه تحمي الآخرين

بما أن كوفيد-19 ينتشر من قبل الأشخاص الذين لا تظهر عليهم أعراض، فإن أغطية الوجه القماشية، عند دمجها مع التباعد الجسدي وغسل اليدين، قد تمنع انتشار الفيروس إلى الآخرين عند الخروج لأنشطة أساسية. يجب أن تغطي أغطية الوجه القماش أنفك وفمك.

تغطية وجهك هو مساعدة الآخرين. من خلال تغطية وجهك عند الخروج لأسباب أساسية، فأنت جار وفرد صالح في المجتمع.

متى لا تكون هناك حاجة لغطاء الوجه

لا يلزم ارتداء أغطية الوجه عندما:

- في البيت
- في سيارتك وحيدا أو إذا كنت مع أفراد أسرته فقط
- ممارسة الرياضة في الهواء الطلق، مثل المشي أو التسلق أو ركوب الدراجات أو الجري

يوصى باصطحاب غطاء الوجه معك. يجب أن تكون متاحة بسهولة عند ممارسة الرياضة، حتى لو كنت لا ترتديها في تلك اللحظة. قد تكون هناك أوقات لا يمكنك فيها تجنب التواجد مع أشخاص آخرين.

بعض الفئات لا يتطلب منها ارتداء غطاء للوجه :

الأطفال

يجب ألا يرتدي الأطفال دون سن الثانية غطاء للوجه. قد يختنقون.

لا يُطلب من الأطفال من سن 3 إلى 12 عامًا ارتداء غطاء للوجه. إذا فعلوا ذلك، يجب أن يشرف عليهم شخص بالغ. قد يبدو الإشراف مختلفًا بناءً على عمر الطفل ونضجه. بالنسبة لبعض الأطفال، قد تكون المناقشة والكلام كافيًا. بالنسبة للأطفال الأصغر سنًا، يجب أن يتواجد الآباء ومقدمو الرعاية أثناء الاستخدام من قبل الطفل. يجب على الآباء ومقدمي الرعاية استخدام حكمهم.

أسباب الصحة والسلامة

إذا كانت لديك وثائق توضح أن طبيبًا مختصًا قد أخبرك بعدم ارتداء غطاء للوجه، فليس عليك ارتداء واحد.

يجب على أي شخص يعاني من صعوبة في التنفس، أو لا يستطيع خلع غطاء الوجه دون مساعدة، عدم ارتداء واحد. إذا كنت تعاني من حالة صحية مزمنة، يجب أن تحصل على وثائق من طبيب متخصص.

إذا كنت ستشكّل خطرًا على السلامة في العمل (وفقًا لإرشادات الصحة والسلامة المعمول بها) عن طريق ارتداء غطاء للوجه، فاستمضطر إلى ارتدائه.

إذا كنت تعاني من إعاقة جسدية تمنعك من ارتداء غطاء وجه، فلا يلزمك ارتداء واحدة.

إذا كنت أصمًا واستخدامك حركات الوجه والفم كجزء من التواصل، يمكنك إزالة القناع أثناء الإشارة

يمكنك صنع غطاء للوجه خاص بك

هناك عدة خيارات لأغطية الوجه، طالما أنها تغطي الأنف والفم. يمكن صنع أغطية الوجه من مجموعة متنوعة من مواد القماش، المناديل أو الأوشحة أو القمصان أو البلوزات أو المناشف.

يحتوي مركز السيطرة على الأمراض CDC [على تعليمات بسيطة حول كيفية عمل تغطية لوجهك](#).

ما لا يجب استخدامه

يمكن أن يكون غطاء الوجه مصنوعًا من القماش و أي مادة أخرى ناعمة أو قابلة للاختراق، ولكن يجب ألا تحتوي على ثقوب.

لا يتم اعتبار ما يلي غطاءً للوجه ولا يتوافق مع القانون:

- أغطية هالوين أو أغطية بلاستيكية

• أقمعة تزلج مع فتحات للأنف أو الفم

• الأقمعة التي تحتوي على صمام أحادي الاتجاه مصمم لتسهيل التنفس (غالبًا ما تكون الصمامات قرصًا بلاستيكيًا بارزًا بحجم ربع دولار كوارتر، في مقدمة أو جانب القناع)

تسمح الثقوب أو الصمامات ذات الاتجاه الواحد للرياح الخارج من الأنف بالخروج من القناع، مما يعرض الآخرين للخطر.

ابقها نظيفة

يجب غسل أغطية الوجه بشكل متكرر. من الناحية المثالية، اغسلها بعد كل استخدام واحصل على كيس غسيل أو صندوق مخصص لها.

اغسل يديك دائمًا أو استخدم معقم اليدين قبل وبعد لمس وجهك أو أغطية الوجه.

يحتوي مركز السيطرة على الأمراض CDC [على تعليمات حول كيفية ارتداء وتنظيف غطاء وجهك](#).

ترك الأقمعة للعاملين في مجال الرعاية الصحية والإسعاف الأولي.

إن أقمعة N-95 والأقمعة الجراحية قليلة، ويجب الحفاظ عليها لعامل الصحة على الخطوط الأمامية.

نحن نراقب كميات الأدوات والمستلزمات لدينا عن كثب ونوفر لعامل الصحة والإسعاف الأولي معدات الوقاية الشخصية من الدرجة الطبية التي تتماشى مع أحدث العلوم القائمة على الأدلة، ومناسبة لواجبات عملهم.

إذا كنت تستخدم حاليًا قناعًا طبيًا، فاستمر في استخدامه لأطول فترة ممكنة - حتى يتسخ أو يتلف - بسبب الكميات المحدودة من الأقمعة.

التبرع بأغطية الوجه والأقمعة

تبرع بأغطية الوجه والأقمعة الطبية على [Give2SF](#)

يمكنك أيضًا تقديم مساهمة مخصصة من الضرائب تجاه استجابة فيروس كورونا للمدينة.

يمكننا أيضًا قبول الإمدادات الطبية للعاملين في مجال الرعاية والإسعاف الأولي. لاحظ أننا لا نقبل حاليًا التبرعات إلا بكميات ومعايير محددة.

في البيت

لا يلزمك استخدام غطاء للوجه في المنزل. ولكن إذا كنت أنت أو شخص ما في المنزل مريضًا، يمكنك استخدام غطاء وجه لتقليل التعرض للاصابة.

يجب عليك الاتصال بمقدم الرعاية الصحية الخاص بك إذا كنت أنت أو شخص ما في منزلك مريضًا.

للمواصلات العامة

يجب أن ترتدي غطاء وجه عندما تكون راكبًا في النقل العام، أو في سيارة أجرة أو سيارة نقل مشتركة أو في الركوب أو سيارة مدينة خاصة.

إذا كنت تشغل سيارة أجرة أو سيارة نقل مشتركة أو سيارة مدينة خاصة، يجب عليك دائمًا ارتداء غطاء وجه حتى إذا لم يكن هناك أي شخص آخر في السيارة معك. سيؤدي ذلك إلى تجنب تنفس رذاذ يمكن أن تلوث المناطق التي سيجلس فيها العملاء ويلمسونها.

المتاجر والمحلات

يجب أن يلتزم اصحاب العمل على ارتداء أغطية الوجه للموظفين والعملاء. [انظر التفاصيل حول تشغيل الأعمال الأساسية.](#)

قفازات

لا نوصي بارتداء القفازات كإجراء وقائي. يعد غسل يديك كثيرًا على مدار اليوم وتنظيف الأسطح التي تلمسها بانتظام، مثل مقابض الأبواب وسطوح الطاولات، طريقة أفضل لمنع العدوى.