



Hướng dẫn cách đeo khẩu trang

How to wear a face mask – Vietnamese

There are two types of face masks you can use: cloth masks and surgical masks. Cloth masks are made of washable fabric and can be re-used.

Có hai loại khẩu trang quý vị có thể sử dụng: khẩu trang vải và khẩu trang y tế. Khẩu trang vải làm bằng chất liệu có thể giặt và sử dụng lại.

Để biết thêm thông tin, hãy truy cập [DHHS.vic – Che mặt - 11.59 đêm thứ Tư 22 tháng 7](https://www.dhhs.vic.gov.au/face-masks-covid-19)

<<https://www.dhhs.vic.gov.au/face-masks-covid-19>>



Đeo khẩu trang bảo vệ quý vị và cộng đồng bằng cách tạo thêm rào cản vật chất đối với siêu vi corona (COVID-19).

Nếu không có khẩu trang, có thể sử dụng các hình thức che mặt khác như dùng khăn quàng hay khăn vuông (bandana).



Rửa tay trước khi đeo khẩu trang.



Đảm bảo che được mũi, miệng và vừa khít dưới cằm, trên sống mũi và ôm khít hai bên mặt.



Không chạm vào mặt trước khẩu trang trong khi đeo.

Nếu quý vị chạm vào mặt trước khẩu trang, hãy rửa hoặc làm sạch tay ngay lập tức. Đừng để khẩu trang ở cổ.



Rửa tay hoặc làm sạch tay trước rồi mới cởi khẩu trang.

Cẩn thận cởi khẩu trang bằng cách cầm vào dây đeo ở tai hoặc tháo dây buộc. Đối với loại khẩu trang có hai dây, tháo dây dưới trước, rồi tháo dây trên.

Nếu khẩu trang của quý vị có tấm lọc, hãy lấy tấm lọc ra và bỏ đi.

Gập khẩu trang lại và bỏ luôn vào chỗ giặt hoặc cho luôn vào túi bỏ đi hoặc vào túi giặt để giặt. Cẩn thận vứt bỏ khẩu trang dùng một lần.



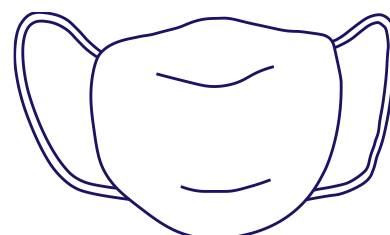
Rửa hoặc làm sạch tay sau khi cởi khẩu trang.

Giặt khẩu trang vải mỗi ngày bằng nước nóng (60°C) với xà bông hoặc bột giặt.

Không dùng chung khẩu trang với người khác

Những điều quý vị cần tiếp tục làm:

- Rửa tay thường xuyên
- Cách người khác 1,5 mét
- Xét nghiệm, ngay cả khi quý vị chỉ có triệu chứng nhẹ
- Ở nhà nếu quý vị cảm thấy không khỏe.



To receive this document in another format [email Public Health branch](mailto:public.health@dhhs.vic.gov.au) <public.health@dhhs.vic.gov.au>.

Authorised and published by the Victorian Government, 1 Treasury Place, Melbourne.

© State of Victoria, Australia, Department of Health and Human Services, 24 July 2020.

Available at [DHHS.vic – Coronavirus \(COVID-19\)](https://www.dhhs.vic.gov.au/coronavirus) <<https://www.dhhs.vic.gov.au/coronavirus>>

Vietnamese

OFFICIAL



Health
and Human
Services