

## Sử dụng khẩu trang vải để giúp làm chậm sự lây lan của COVID-19

### Cloth Face

### Masks



### Đeo khẩu trang vải đúng cách

- Rửa tay trước khi đeo khẩu trang vải
- Đặt khẩu trang trên mũi và miệng và giữ chắc chắn dưới cằm của quý vị
- Cố gắng để khẩu trang vừa khít với hai bên mặt
- Đảm bảo rằng quý vị có thể thở dễ dàng

### Cách giặt khẩu trang vải

- Điều quan trọng là luôn tháo khẩu trang vải đúng cách và rửa tay sau khi xử lý hoặc chạm vào khẩu trang đã sử dụng.
- Phải giặt khẩu trang vải sau mỗi lần sử dụng.

#### Máy giặt

- Quý vị có thể giặt khẩu trang cùng với đồ giặt thông thường của mình.
- Sử dụng bột giặt thông thường và nhiệt độ nước cao nhất thích hợp cho miếng vải được sử dụng để làm khẩu trang.

#### Giặt bằng tay

- Chuẩn bị dung dịch tẩy rửa bằng cách pha:
  - 5 muỗng (1/3 chén) thuốc tẩy gia dụng cho mỗi gallon nước ở nhiệt độ phòng hoặc
  - 4 muỗng cà phê thuốc tẩy gia dụng trên mỗi lít nước ở nhiệt độ phòng

- Kiểm tra nhãn sản phẩm để xem thuốc tẩy có thể dùng để khử trùng hay không. Một số sản phẩm thuốc tẩy, như những sản phẩm được thiết kế để sử dụng an toàn trên quần áo màu, có thể không phù hợp để khử trùng. Đảm bảo sản phẩm thuốc tẩy không quá hạn sử dụng. Đừng bao giờ hòa chất tẩy gia dụng với a-mô-niac hoặc bất kỳ chất tẩy rửa nào khác.
- Ngâm khẩu trang trong dung dịch thuốc tẩy trong 5 phút.
- Xả kỹ bằng nước mát hoặc ở nhiệt độ phòng.

### Cách làm khô

- Máy sấy:** Sử dụng cài đặt nhiệt cao nhất và để trong máy sấy cho đến khi khô hoàn toàn
- Phơi khô:** Đặt nằm phẳng và để khô hoàn toàn. Nếu có thể, để khẩu trang vải dưới ánh sáng mặt trời trực tiếp.

### Tips

- Khẩu trang vải có thể làm chậm sự lây lan của vi-rút và giúp những người có thể nhiễm vi-rút và không biết về việc này tránh lây nhiễm sang người khác.
- Khẩu trang vải cung cấp sự bảo vệ để giúp ngăn chặn các giọt bắn từ đường hô hấp di chuyển trong không khí và bắn vào người khác.
- Khẩu trang vải được khuyến dùng không phải là khẩu trang y tế hoặc mặt nạ N-95. Đó là những nguồn cung cấp quan trọng phải tiếp tục dành riêng cho nhân viên chăm sóc sức khỏe và những người ứng phó đầu tiên khác trong ngành y tế, theo khuyến nghị của hướng dẫn CDC hiện tại.
- Khẩu trang vải là một bước bổ sung để giúp làm chậm sự lây lan của COVID-19 khi kết hợp với các hành động



**VIRGINIA'S  
HEALTH  
IS IN YOUR  
HANDS.**

Do your part,  
stop the spread.

## Sử dụng khẩu trang vải để giúp làm chậm sự lây lan của COVID-19

phòng ngừa hàng  
ngày và cách ly giao tiếp xã hội ở  
những nơi công cộng.

- For additional questions or concerns, refer back to the CDC website at: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/diy-cloth-face-coverings.html>

**Disclaimer:** Fabric touching skin: 100% cotton. Face covering contains silver and copper. If skin irritation occurs, immediately stop using the face covering. If irritations persist, consult your primary care provider. Be mindful when wearing this product if you have lung disease, like emphysema, or chronic heart disease. Stop using this product if you notice difficulty breathing while wearing it. [www.phe.gov/facecovering](http://www.phe.gov/facecovering)

