



共同战“疫”  
【口罩篇】

# 佩戴口罩的特别提示



**1** 戴前摘后要洗手



有鼻夹的一侧朝上，另一端拉到下颌以下确保完全包裹。

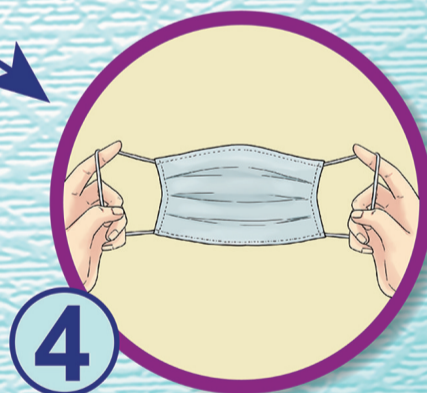
有颜色的一面或深色的一面朝外。

**2** 分清上下与内外



**3** 紧贴面部、避免漏气

双手从鼻夹中部开始沿鼻梁金属条，向两侧边移动边按压，直至紧贴鼻梁；  
适当调整口罩的耳带或头带，使口罩周边充分贴合面部。



**4** 通过口罩的耳带或头带摘取，避免触摸口罩面外部

中宣部宣教局、国家卫生健康委宣传司 指导  
中国健康教育中心 制作