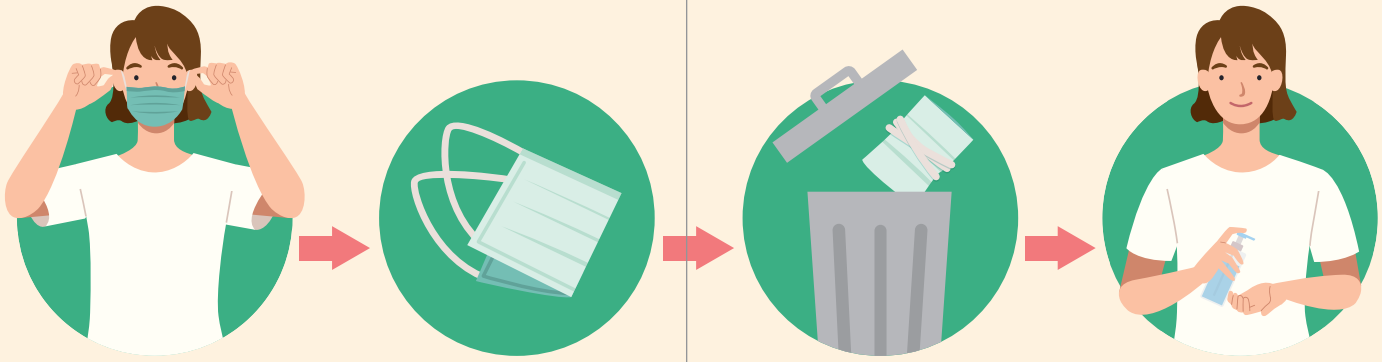
脫口罩步驟



拿取口罩兩端鬆緊帶由耳掛處取下

避免接觸到口罩表面，並把外面那層包在內部進行反折

妥善丟進有蓋垃圾桶

丟棄後清潔雙手

⚠ 醫療口罩建議至少**每日更換**，若需要短暫收納口罩時，可以將口罩汙染一面往內折，放置於乾淨的容器（如紙袋等）保存，減少染污機率。

⚠ 若口罩出現髒污、破損、潮濕或呼吸有異味等情形時，應立即更換。

常見的錯誤行為NG，你/妳犯了哪個錯誤？

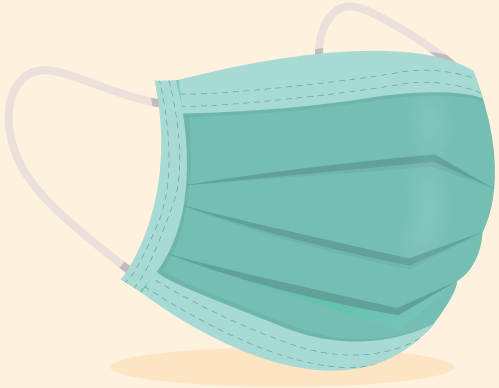
- ✕ 口罩戴反或內外面交替
- ✕ 配戴未遮住鼻子或未蓋住下巴
- ✕ 配戴未壓緊鼻樑片
- ✕ 口罩拉至下巴
- ✕ 雙手直接觸碰口罩表面
- ✕ 脫下口罩隨手亂折塞包包或丟桌上
- ✕ 隨手丟地上
- ✕ 脫下後沒洗手摸口眼鼻

正確配戴口罩

保護你和我

正確配戴口罩，是預防病菌傳播的重要方法之一

我們應該如何選擇醫療口罩呢？



請選擇有衛福部醫療許可認證字樣，並通過國家標準CNS14774、CNS14775、CNS14776的口罩。

正確配戴方式

打開包裝並檢查口罩有無破損，一般設計有顏色為外層，此面朝外

拿取兩端鬆緊帶掛於雙耳，鼻樑片固定於鼻樑上方，口罩完全攤開拉至下巴；若必要可打結調整鬆緊帶長度，維持臉部密合度

雙手食指均勻輕壓鼻樑片，使口罩與鼻樑緊密結合

檢查口罩和臉部內外上下是否密合並配戴正確

衛生福利部疾病管制署
TAIWAN CDC

財團法人醫院評鑑暨醫療品質策進會

IPCAS主責醫院共同編製：

國立台灣大學醫學院附設醫院
長庚醫療財團法人林口長庚紀念醫院
中國醫藥大學附設醫院
高雄榮民總醫院

廣告