

Tin nhắn này được đăng bằng tiếng Anh, Русский, Soomaali, Español, 简体中文, Tiếng Việt tại: <https://www.oregon.gov/dhs/SENIORS-DISABILITIES/DD/Pages/messages.aspx>

Ngày 25 tháng 1 năm 2022

Đến: Các đối tác và nhân viên chăm sóc của ODDS
Lilia Teninty, Giám đốc Văn phòng Dịch vụ Khuyết tật Phát triển
(Office of Developmental Disabilities Services, hoặc ODDS)
Chủ đề: Hướng dẫn việc đeo khẩu trang của CDC

Trung tâm Kiểm soát và Phòng ngừa Dịch bệnh (Centers for Disease Control and Prevention - CDC) [đã cập nhật các khuyến nghị về khẩu trang.](#)

- Khẩu trang N95 và KN95 được khuyến nghị để sử dụng hơn là các loại khẩu trang khác.
- Khẩu trang chống hơi độc đeo vừa vặn, kể cả N95, mang lại sự bảo vệ cao nhất. Khi được sử dụng đúng cách, những khẩu trang này lọc ra hầu hết các hạt trong không khí và giảm nguy cơ lây truyền COVID-19.

Cơ quan Y tế Oregon cũng công bố [các mẹo đeo khẩu trang](#), cùng với [những mẹo chọn khẩu trang hiệu quả](#). Đeo khẩu trang N95 hoặc KN95 vừa vặn cùng với việc chूंg ngừa và tiêm chूंg tăng cường là một trong những cách tốt nhất để bảo vệ bản thân và những người xung quanh.

[Tòa Bạch Ốc đã thông báo](#) sẽ gửi 400 triệu khẩu trang N95 đến các hiệu thuốc và các trung tâm y tế trên toàn quốc trong vòng vài tuần tới.

Dưới đây là cách đeo khẩu trang để giúp ích cho quý vị.

Thờ qua khẩu trang tạo ra một rào cản chống lại các giọt nhỏ li ti xâm nhập đường hô hấp.

1 Nếu có, khẩu trang N95 hoặc KN95 là tùy chọn tốt nhất để bảo vệ khỏi bị nhiễm các phần tử có thể mang vi rút gây ra COVID-19. Những chiếc khẩu trang có độ lọc cao này được thiết kế để ôm sát vào khuôn mặt.

2 Nếu không có N95 hoặc KN95, khẩu trang vải đeo bên ngoài khẩu trang phẫu thuật dùng một lần sẽ tạo thêm một lớp bổ sung và cải thiện độ vừa vặn. (Không đeo hai khẩu trang dùng một lần.)

3 Khẩu trang vải có nhiều lớp ngăn chặn được nhiều giọt nhỏ li ti hơn khẩu trang vải chỉ có một lớp vải.

4 Hãy đảm bảo rằng khẩu trang của quý vị đeo vừa khít trên miệng và mũi, không có khe hở xung quanh mũi hoặc gò má.

 Oregon Health Services



Mặc dù các quy định không thay đổi tại thời điểm này, Văn phòng Dịch vụ Người khuyết tật về Phát triển (Office of Developmental Disabilities Services - ODDS) muốn thông báo cho các cá nhân bị khuyết tật trí tuệ và phát triển (I/DD), các thành viên gia đình, nhà cung cấp và các đơn vị quản lý hồ sơ biết về hướng dẫn này. Khẩu trang có chất lượng cao, vừa vặn là điều cần thiết để làm chậm sự lây lan của COVID-19, đặc biệt là biến thể Omicron rất dễ lây lan. Tôi khuyến khích các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc trực tiếp đeo khẩu trang N95 hoặc KN95 để bảo vệ bản thân và những người quý vị hỗ trợ.

Cảm ơn quý vị đã hỗ trợ sức khỏe và sự an toàn của người dân Oregon với I/DD.

Trân trọng,



Lilia Teninty
Giám đốc
Văn phòng Dịch vụ Khuyết tật Phát triển

Các Thông điệp trước đây của Giám đốc hiện có sẵn tại trang mạng
<http://www.oregon.gov/DHS/SENIORS-DISABILITIES/DD/Pages/messages.aspx>

Theo dõi chúng tôi trên Facebook @oregonDHS.IDD hoặc Twitter @OregonODDS và tham khảo trang web của chúng tôi.

Quý vị có thể yêu cầu tài liệu này bằng ngôn ngữ khác, bản in khổ lớn, chữ nổi hoặc theo định dạng quý vị mong muốn. Liên lạc với Văn phòng Dịch vụ Khuyết tật Phát triển theo số 503-945-5811. Chúng tôi chấp nhận tất cả các cuộc gọi chuyển tiếp hoặc quý vị có thể gọi số 711 (đường dây dành cho người khiếm thính hoặc khuyết tật phát âm).