



COVID-19: 자신과 고객을 보호하는 방법

마스크 착용과 귀하의 권리 알기

실내에서 근무하거나 공유 차량에 탑승하는 경우, 귀하가 요청하는 경우 고용주는 귀하에게 얼굴에 편안하게 맞는 의료용 마스크 및 호흡용 보호구를 반드시 제공해야 합니다. 귀하는 마스크 착용 여부를 선택할 수 있습니다. 귀하는 고용주에게 N95(NIOSH 인증) 호흡용 보호구를 요청할 수 있으며, 고용주는 적절한 크기의 N95 호흡용 보호구와 사용 방법에 대한 기본 지침을 제공해야 합니다. 이는 백신 접종 완료 여부와 관계없이 모두에게 적용됩니다.

귀하의 고용주가 실내에서 항상 마스크를 착용할 것을 요구하는 경우 고용주는 얼굴에 편안히 맞는 의료용 마스크를 반드시 제공해야 합니다.

- ✓ 마스크와 호흡용 보호구를 반드시 무료로 제공해야 합니다.
 - ✓ 귀하의 고용주는 안면 마스크를 착용하는 것을 반대하거나 이에 보복할 수 없습니다.
- 마스크를 요청하십시오!

COVID-19에 최상의 보호 효과를 제공하는 마스크에 대해 알아보기

최대
보호력



호흡용 보호구:
N95, KN95, KF94
얼굴에 잘 맞으면 더욱
보호 효과가 좋습니다.



이중 마스크
(의료용 마스크 + 턱
마스크)



**의료용 마스크 -
잘 맞음:**

- 고정대 사용
- 매듭 및 밀어넣기 기술을 사용



**고효율 천 마스크
및 의료용 마스크
- 잘 맞지 않음**

최소
보호력

어떤 종류의 마스크를 착용하든 밀착도를 확인하고 코 위로 또는 얼굴 옆면으로 빈틈이 없도록 착용하십시오. 빈틈이 있으면 어느 종류의 마스크를 착용하든 마스크의 보호 효과가 떨어집니다.



호흡용 보호구가 변형, 손상, 오염된 경우 또는 착용하면 숨쉬기 어려워진 경우 마스크를 교체해야 합니다. 일반적으로 근무를 시작할 때마다 호흡용 보호구를 교체해야 합니다. CDC는 호흡용 보호구를 쓰고 벗기를 5회 반복한 후 교체할 것을 권장합니다.

호흡용 보호구

- N95 및 KN95 호흡용 보호구는 공기 입자의 최소 95%를 여과하도록 제작되었습니다 (KF94는 94% 여과함). 그러나 여과력이 우수하고 얼굴에 더욱 밀착되기 때문에 불편할 수 있습니다.
- 얼굴에 털이 있으면 잘 맞지 않을 수 있습니다.
- 호흡용 보호구는 얼굴에 단단히 밀착되어야 우수한 보호 효과를 발휘합니다. 호흡용 보호구의 착용, 벗기, 및 밀착도를 확인하는 방법은 [NIOSH 지침](#)을 참고하십시오.
- 착용할 때마다 밀착도를 확인하십시오.
- 호흡용 보호구를 착용하고 호흡 곤란을 경험한다면 착용하기 전에 담당 의사에게 진료를 받으십시오.
- 호흡용 보호구를 다른 마스크와 함께 착용하지 마십시오.
- KN95 호흡용 보호구를 선택하는 경우 [NPPTL](#)에서 검사를 받은 호흡용 보호구를 선택하거나 95% 이상의 여과 효과를 제공합니다.
- [위조\(가짜\) 호흡용 보호구](#)는 보장된 보호 효과를 제공할 수 없기 때문에 이 점에 유의해 주십시오.

의료용/수술용 마스크

- 최소 3 겹의 부직포 재제(용융 취입 직물 및/또는 폴리프로필렌)로 제작된 조절 가능한 코 받침이 있는 우수한 마스크는 보호 기능이 강력하고 "의료용 마스크"에 대한 [요구 사항](#)을 충족합니다. 이러한 마스크는 종종 일회용, 보호용, 의료용 또는 수술용 마스크로 판매됩니다.
- 의료용 마스크는 방수 기능이 있어야 합니다. 물방울을 마스크 앞면에 떨어뜨려 마스크를 검사하십시오. 마스크는 물을 흡수해서는 안 됩니다. 표면에 물방울이 형성되어야 합니다.
- 이런 마스크는 느슨해서 단단히 밀착할 수 있도록 조정해야 합니다.
- 마스크의 귀고리를 마스크의 가장자리에 가깝게 묶고 나머지 부분을 밀어 넣는 것만으로 밀착도를 [개선](#)할 수 있습니다. 마스크 고정 지지대를 사용하여 마스크 가장자리에 공기 누출을 줄일 수도 있습니다.
- **이중 마스크 착용을 강력히 권장합니다.** 이것은 여과 효과를 높이고 누출을 줄이기 위한 방법으로 얼굴에 잘 맞는 천 마스크 밑에 의료용 마스크를 착용하는 것입니다. 이중 마스크를 착용하면 의료용 마스크 하나만 착용하는 것보다 훨씬 더 우수한 보호 효과를 제공합니다.

