



步驟 1
檢查口罩



打開口罩並檢查
是否有破裂或缺陷



有顏色面為外層
鼻樑片應在最外層上方

步驟 2
戴上口罩



將兩端鬆緊帶
掛於雙耳



口罩完全攤開拉至下巴
並調整鬆緊帶長度，維持臉部密合度

步驟 3
輕壓鼻樑片



鼻樑片固定於
鼻樑上方



雙手食指均勻輕壓鼻樑片
使口罩與鼻樑緊密結合

步驟 4
檢查是否配戴正確



透過觸摸或鏡子輔助，確認口罩是否正確配戴
(包含有顏色在外、鬆緊帶適中、鼻樑片固定及密合等)



衛生福利部國民健康署

Health Promotions Administration, Ministry of Health and Welfare



經費由菸品健康福利捐支應