

## 佩戴口罩的关键时间（47 秒）

佩戴口罩有助于防止 COVID-19 的传播。

以下情形您应该佩戴口罩：

- 当您外出到公共场合，或者身边有任何不住在您家里的人的时候，
- 如果您生病了，在家里和别人互动时，**而且**
- 当您在家里照顾生病的人时。

以下人士不应佩戴口罩：

- 两岁以下的儿童，
- 呼吸困难的人士，**或**
- 在没有他人帮助下不能摘下口罩的人士。

如需了解详情，请访问 [c-d-c 点 g-o-v 斜杠 coronavirus](https://www.cdc.gov/coronavirus)。