

Washington State Department of Health

천으로 된 얼굴 덮개 관련 지침

워싱턴주에 COVID-19가 확산되고 있습니다. COVID-19 확진자는 증상이 없거나 아픈 걸 알면서도 이 바이러스를 퍼뜨릴 수 있습니다.

Washington State Department of Health(워싱턴주 보건부)는 공공 장소에서 타인과 6피트(약 2미터) 거리를 유지할 수 없는 경우에는 천으로 된 얼굴 덮개를 착용하도록 요구하고 있습니다. 식료품점, 약국, 철물점, 진료소 및 기타 장소 등 실내 공공 환경에서는 반드시 얼굴 덮개를 착용해야 합니다. 또한, 실외에서도 항상 타인과 6피트(약 2미터) 거리를 유지할 수 없을 경우에는 얼굴 덮개를 착용해야 합니다.

Centers for Disease Control and Prevention(CDC, 질병통제예방센터) 또한 천으로 된 얼굴 덮개 착용을 권고하고 있습니다. 얼굴 덮개는 타인에 대한 COVID-19 확산을 방지하는 데 도움이 될 수 있습니다. 얼굴 덮개를 착용하면 주변의 타인을 보호하는 데 도움이 됩니다.

천으로 된 얼굴 덮개만으로는 COVID-19의 확산을 막을 수 없습니다. 얼굴 덮개를 착용하고 있을 때에도 가족 이외의 타인들로부터 6피트(약 2미터) 거리를 유지하시고, 비누와 물로 손을 자주 씻거나 알코올성 손 소독제를 사용하셔야 합니다.

지침

COVID-19로부터 자신과 타인을 보호하기 위해 다음 지침을 따라 주세요.

- 공공 장소에서는 천으로 된 얼굴 덮개를 착용하세요
- 비누와 물로 손을 자주 씻으세요
- 눈, 코, 입을 만지기 전에 손을 씻으세요
- 얼굴 덮개를 착용하거나 벗거나 조절하기 전후에 손을 씻으세요
- 가족이 아닌 타인과 6 피트(약 2 미터) 거리를 유지하세요
- 아픈 사람과 거리를 두세요
- 몸이 아플 때는 자가 격리하세요

자주 묻는 질문

천으로 된 얼굴 덮개란 무엇인가요?

천으로 된 얼굴 덮개는 눈과 입을 가리는 천을 말합니다. 다음이 천으로 된 얼굴 덮개에 해당될 수 있습니다.

- 머리카락 뒤로 두르는 줄이나 끈이 달린 봉제 마스크
- 머리에 묶을 수 있는 여러 겹의 직물
- 면, 플리스 또는 린넨 등 다양한 소재로 제작된 마스크
- 공장 제조 또는 가정 제작

직접 천으로 얼굴 덮개(마스크)를 만들려고 하는 경우 참조: [얼굴 마스크 만드는 방법](#)

N95 마스크 또는 수술용 마스크를 얼굴 덮개로 사용하지 마세요. 해당 품목들은 의료진 및 응급구조요원에게 필요합니다.

천으로 된 얼굴 덮개가 COVID-19의 확산을 막을 수 있나요?

천으로 된 얼굴 덮개는 COVID-19 확진자가 말하거나 기침 또는 재채기를 할 때 공기 중에 바이러스 입자가 확산되는 것을 줄일 수 있습니다. COVID-19 확진 여부를 모르는 경우에도 천으로 된 얼굴 덮개를 사용하면 COVID-19의 확산을 방지하는 데 도움이 될 수 있습니다.

누가 천으로 된 얼굴 덮개를 사용해야 하나요?

대부분의 사람들이 공공 장소에서는 천으로 된 얼굴 덮개를 착용하는 것이 좋습니다. 식사할 때를 제외하고는 실내 공공 장소에서 얼굴 덮개를 착용하세요. 야외에서 타인과 항상 6피트(약 2미터) 거리를 유지할 수 없는 경우에도 얼굴 덮개를 착용하세요.

다음에 해당되는 분들은 천으로 된 얼굴 덮개를 착용하지 않는 것이 좋습니다.

- 2세 미만 아동
- 다음과 같은 장애가 있는 분들:
 - 편안하게 얼굴 덮개를 착용하거나 벗을 수 없음
 - 얼굴 덮개를 착용하고 의사소통을 할 수 없음
- 호흡기 질환이 있거나 호흡이 곤란한 분들
- 의학적, 법적 또는 행동 건강 전문가로부터 얼굴 덮개를 착용하지 말라는 조언을 들은 분들

언제 천으로 된 얼굴 덮개를 착용해야 하나요?

타인과 공공 장소, 특히 실내에 함께 있을 때는 천으로 된 얼굴 덮개를 착용해야 합니다.

집에서 가족들과 있을 때나 차 안에 혼자 있을 때는 천으로 된 얼굴 덮개를 착용할 필요가 없습니다. 공간이 넓은 야외에서 운동할 때도 얼굴 덮개를 착용할 필요가 없습니다. 혹시 타인과 접촉할 경우에 대비해, 주머니에 얼굴 덮개를 넣어 다니는 것이 좋습니다.

천으로 된 얼굴 덮개는 어떻게 관리해야 하나요?

사용 시마다 하루에 최소 한 번은 세탁하세요. 세제와 온수를 사용하세요. 얼굴 덮개는 드라이어를 고온으로 하여 완전히 말리세요. 드라이어가 없는 경우에는 가능하다면 직사광선에서 자연 건조하세요. 얼굴 덮개를 세탁하기 전에 재사용해야 하는 경우에는 손을 씻은 뒤 다시 착용하고 얼굴은 만지지 마세요.

다음과 같은 경우에는 천으로 된 얼굴 덮개를 버리세요.

- 더 이상 코와 입을 가리지 않는 경우
- 늘어나거나 얼굴에 고정되지 않는 경우
- 끈이나 줄이 손상된 경우
- 천에 구멍이 나거나 닳은 경우

자세한 COVID-19 정보 및 자료

- [WA State Department of Health 2019 신종 코로나바이러스\(COVID-19\) 발병](#)
- [워싱턴주 코로나바이러스\(COVID-19\) 대응](#)
- [현지 보건부 또는 지구 검색](#)(영어로만 제공)
- [CDC 신종 코로나바이러스\(COVID-19\)](#)(여러 언어로 제공)
- [천으로 된 얼굴 덮개 사용으로 COVID-19 확산 늦추기\(CDC\)](#)(여러 언어로 제공)
- [청각장애인도 이용하기 쉬운 얼굴 마스크 만들기\(HSDC\)](#)(영어로만 제공)

COVID-19와 관련하여 추가 질문이 있으신가요? 직통 전화로 연락하기: **1-800-525-0127**. 통역 서비스가 필요한 경우에는 # 버튼을 누르고 교환원이 응답하면 **사용 언어를 말씀하세요**.(오전 6시 ~ 밤 10시 통화 가능) 귀하의 건강, COVID-19 검사 또는 검사 결과에 관한 문의사항은 담당 의료진에게 연락하세요.

본 문서를 다른 형식으로 요청하려면, 1-800-525-0127번으로 전화하세요. 청각 또는 난청 장애인 고객의 경우, 전화 711([Washington Relay](#)) 또는 이메일(civil.rights@doh.wa.gov)을 이용하시기 바랍니다.