



2022-4-21: لا تزال ثمة حاجة إلى ارتداء الكمامات في بعض البيئات، فضلاً عن أنه يوصى بها بشدة في بيئات أخرى - انظر الموجز أدناه والتفاصيل الواردة في [أمر مسؤول الصحة](#).

ويوصى بشدة بأن يواصل الجميع ارتداء [كمامات محكمة وذات ترشيح جيد](#) في جميع الأماكن العامة الداخلية. لا يزال انتشار كوفيد-19 يمثل خطراً كبيراً للكثيرين في مقاطعة لوس أنجلوس.

<p>الجميع*، بغض النظر عن وضعية اللقاح، يجب عليهم ارتداء كمامة:</p>
<ul style="list-style-type: none">• على كل وسائل النقل العام في مقاطعة لوس أنجلوس. يشمل هذا القطارات والحافلات وسيارات الأجرة.• في كل مراكز النقل الداخلية في مقاطعة لوس أنجلوس، مثل المطارات، ومحطات الحافلات، والقطارات، ومحطات مترو الأنفاق، والمرافئ والموانئ البحرية أو ما شابه، أو أي منطقة داخلية أخرى تعتبر مركزاً للنقل.• في أماكن الرعاية الصحية.• في أماكن الرعاية الطويلة الأجل ومرافق رعاية العجزة/كبار السن.• في المرافق الإصلاحية ومراكز الاحتجاز الحكومية والمحلية.• في الملاجئ ومراكز التبريد.• في أي موقع آخر تكون فيه سياسة العمل تنص على ارتداء كمامة.
<p>يُنصح بشدة بارتداء الجميع للكمامات في:</p>
<ul style="list-style-type: none">• الطائرات.• الأماكن الداخلية في الشركات والأعمال التجارية (مثل المحلات، والمطاعم، والمسارح، ومراكز الترفيه الأسرية، والاجتماعات، ومكاتب الدولة والحكومات المحلية التي تخدم الجمهور.• الأماكن الداخلية في مدارس التعليم العام والرعاية النهارية
<p>توصيات أخرى متصلة بارتداء الكمامات</p>
<ul style="list-style-type: none">• يوصى بشدة بارتداء المعرضين لخطر المضاعفات الشديدة من كوفيد-19 أو يعيشون مع شخص معرض لخطر الإصابة بمضاعفات شديدة من المرض للكمامات في الأماكن المغلقة أو في الأماكن المفتوحة المزدهمة. ينبغي ارتداء الأقنعة التي توفر أفضل حماية ضد كوفيد-19 مثل جهاز تنفس مناسب (مثلاً، N95 أو KN95) أو كمامة مزدوجة (كمامة قماشية محكمة مع كمامة طبية).• يوصى بشدة بارتداء الكمامات للأشخاص الذي يجتمعون بأشخاص معرضين لخطر الإصابة بمضاعفات شديدة من كوفيد-19 في أماكن مغلقة.

ملاحظة: يسمح لك بخلع كمامتك في الحالات التالية:

- أثناء الأكل أو الشرب.
- لوحده في غرفة أو مكان منفصل
- خلال الاستحمام أو السباحة
- عندما يكون تلقى خدمات النظافة الشخصية أو الرعاية الشخصية (مثل حلاقة الوجه أو حلاقة الشعر) غير ممكن من دون إزالة قناعك.

* يوجد بعض من لا ينبغي لهم ارتداء كمامة، مثل الأطفال الذين تقل أعمارهم عن عامين، ومن يعانون من بعض الأمراض أو الإعاقات، ومن يأمرهم مقدم رعايتهم الطبية بعدم ارتداء كمامة. ولا ينبغي للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 2 و8 أعوام ارتداء الكمامة إلا تحت إشراف بالغين. انظر من [ينبغي ألا يرتدي كمامة](#) واعتبارات خاصة لمن يعانون من صعوبات في التواصل أو إعاقات معينة للحصول على تفاصيل ومعلومات عن أنواع بديلة من تغطية الوجه.

لمعرفة المزيد عن أنواع الكمامات وقواعد ارتداءها والتوصيات في مقاطعة لوس أنجلوس، الرجاء زيارة ph.lacounty.gov/masks.