



# COVID-19: 직장에서 자신을 보호하는 방법 귀하의 마스크 착용 권리 알아두기

실내에서 혹은 공유 차량에 탑승하여 다른 이들이 주변에서 근무하는 경우, 고용주는 귀하에게 얼굴에 편안하게 맞는 의료용 마스크 및 호흡용 보호구를 반드시 제공해야 합니다. 귀하께서 고용주에게 N95(NIOSH 인증) 호흡용 보호구를 요청할 경우, 고용주는 적절한 크기의 N95 호흡용 보호구와 사용 방법에 대한 기본 지침을 제공해야 합니다.

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

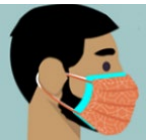
!

## COVID-19에 최대의 보호 효과를 제공하는 마스크

최대  
보호력



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



**이중 마스크**  
(의료용 마스크 + 천  
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.



- 의료용 마스크와 호흡용 보호구가 젖거나, 더러워진 경우 버리십시오. 그 대신 깨끗하고 건조한 것으로 바꿔주십시오.
- 호흡용 보호구를 사용하시는 경우, 제조사의 사용 안내서를 통해 언제까지 쓰고 버려야 하는지 확인하십시오.
- 의료용 마스크는 한번 사용 후 버리십시오.

## 호흡용 보호구

- N95 및 KN95 호흡용 보호구는 공기 입자의 최소 95%를 여과하도록 제작되었습니다 (KF94는 94% 여과함). 그러나 여과력이 우수하며 얼굴에 더욱 밀착되기 때문에 착용감이 좋지 않을 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(융융 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 착용**은 여과 효과를 높이고 공기 누출을 줄이기 위한 방법으로 얼굴에 잘 맞는 천 마스크 밑에 의료용 마스크를 착용하는 것입니다. 이중 마스크를 착용하면 의료용 마스크만 착용하는 것보다 한층 더 우수한 보호 효과를 제공합니다.