

1.檢查口罩：打開包裝並檢查口罩是否有破裂或缺陷，一般外層設計不同顏色或圖案(美觀與識別目的)，鼻樑片應在最外層。



2.戴上口罩：將兩端之鬆緊帶掛於雙耳(必要時可打結調整長度，增加與臉部密合)。鼻樑片定位於鼻樑上方，口罩完全攤開拉至下頷處。



3.調整鼻樑片：雙手食指均勻輕壓口罩上鼻樑片，使口罩與鼻樑緊密結合。



4.自我檢點：透過鏡子輔助或自我感覺確認口罩是否密合，包括上下前後方向、帶子鬆緊、鼻樑片形狀等。

