

CO TRZEBA WIEDZIEĆ O NOSZENIU MASECZEK?

Maseczki chirurgiczne blokują kontakt między ustami i nosem a potencjalnymi zanieczyszczeniami. Mają też wady: po pierwsze są jednorazowego użytku, po drugie nie przylegają szczelnie do twarzy, a po trzecie łatwo nasiąkają wilgocią, dlatego po kilkunastu minutach trzeba je zmieniać. Inaczej staną się siedliskiem bakterii i mogą być przyczyną bakteryjnego zapalenia płuc.

Specjalistyczne maseczki N95 nie są zalecane do użytku przez zwykłych obywateli. Przed ich użyciem pracownicy medyczni przechodzą badania medyczne i testują dopasowanie maseczki. Osoba nieprzeszkolona może mieć problemy z oddychaniem w tej maseczce.

Maseczki filtrujące składają się nie tylko z materiału o gęstym splocie, ale także z filtra oczyszczającego. Są modele jednorazowego, jak i wielokrotnego użytku (np. maski antysmogowe). R – to oznaczenie maski do użytku wielokrotnego, NR – jednorazowych (do 8 godz. użytkowania). W maseczkach, które używamy wielokrotnie, trzeba regularnie zmieniać filtr (co 28 dni lub częściej). Najlepszą ochronę zapewniają maski FFP3, najmniejszą FFP1. Muszą być często wymieniane zgodnie z instrukcją użytkowania, bo z każdym kolejnym oddechem wchłonięty pył i inne zanieczyszczenia utrudniają oddychanie. Poza tym podczas wydychania część dwutlenku węgla pozostaje w obrębie maseczki, koło ust. Jeśli kupujesz taką maskę, wybierz model z zaworkiem wydechowym, który ułatwia pozbywanie się dwutlenku węgla. Jeśli chcesz ponownie użyć maski, zawieś ją w czystym, suchym i wentylowanym miejscu lub umieść w czystej, przepuszczalnej papierowej torbie. Czyszczenie tych masek odbywa się zgodnie z instrukcją obsługi.

Maseczki bawełniane, własnej roboty, bez filtra, chronią tylko przed dużymi kroplami, ale zapewniają ochronę przed odruchem dotykania twarzy. Trzeba je prać po każdym użyciu w 60 st. C, a następnie prasować.

Przyłbice pozwalają na pracę w okularach i komfortowe oddychanie. Można je czyścić preparatem na bazie 60% alkoholu. Są wielokrotnego użytku.

Jak nosić maseczkę?

Zasłoń zarówno usta jak i nos.

Unikaj dotykania maski podczas jej używania; jeśli to zrobisz, umyj ręce wodą z mydłem lub użyj środka do dezynfekcji na bazie alkoholu.

Niewłaściwe stosowanie maseczek, takie jak niezminianie maseczek jednorazowych, może zwiększyć ryzyko infekcji.

Uważaj na fałszywe poczucie bezpieczeństwa, które może prowadzić do zaniedbania innych środków zapobiegawczych. Maseczka nie zwalnia z konieczności zachowania bezpiecznej odległości (min. 1,5 m)!

Maseczki są skuteczne tylko wtedy, gdy są stosowane w połączeniu z częstym myciem rąk wodą z mydłem (przez 30 sek.) lub dezynfekcji preparatem na bazie alkoholu. Przestrzegaj wszystkich zasad higieny.