Βιοτεχνικό Επιμελητήριο Πειραιά
Καραϊσκου 111, 185 32 Πειραιάς
Τηλ: 210-4110443, 210-4174765
Fax: 210-4179495, 210-4174152

Δημοσιεύτηκε στις **26-10-2020** στην κατηγορία

Συστάσεις αναφορικά με την χρήση της μάσκας στο πλαίσιο της πανδημίας COVID-19

Η πανδημία της νόσου του κορωνοϊού (COVID-19) παραμένει σε εξέλιξη. Η έως σήμερα διαθέσιμη επιστημονική τεκμηρίωση δεν δίνει την δυνατότητα απόλυτης οριοθέτησης της οδού μετάδοσης του SARS-CoV-2. Με τα τρέχοντα επιστημονικά δεδομένα η μετάδοση είναι πιθανό να είναι παρόμοια με τον SARS ή και άλλους αναπνευστικούς ιούς, που μεταδίδονται μέσω σταγονιδίων, με άμεση ή έμμεση επαφή και αερογενώς σε μερικές περιπτώσεις, δεδομένης της παρουσίας του ιού τόσο στο κατώτερο όσο και στο ανώτερο αναπνευστικό καθώς και της παραμονής του στον αέρα έως και 3 ώρες. Βάσει των διαθέσιμων έως σήμερα επιδημιολογικών δεδομένων οι τρέχουσες κατευθυντήριες οδηγίες για τα μέτρα ελέγχου πρόληψης διασποράς του SARS-Cov-2 στην κοινότητα, περιλαμβάνουν:

> σωστή υγιεινή χεριών,

> φυσική απόσταση (κατά προτίμηση τουλάχιστον 2 μέτρων)

> χρήση προστατευτικής μάσκας, > καλό αερισμό,

> απολύμανση επιφανειών,

> έγκαιρη ανίχνευση κρουσμάτων και απομόνωσή τους καθώς και άμεση ιχνηλάτηση των επαφών τους.

Αναφορικά με τη χρήση προστατευτικής μάσκας από το ευρύ κοινό, όταν αυτή χρησιμοποιείται συνολικά οδηγεί σε μείωση του βαθμού μετάδοσης, και ως εκ' τούτου του αριθμού των νέων κρουσμάτων. Αρκετές μελέτες σχετικά με τη χρήση ιατρικών ή μη ιατρικών μασκών προσώπου στην κοινότητα παρείχαν αποδεικτικά στοιχεία σχετικά με την αποτελεσματικότητα αυτού του μέτρου σε ατομικό επίπεδο και σε επίπεδο πληθυσμού. Τα στοιχεία δείχνουν ότι οι μάσκες προσώπου είναι αποτελεσματικές όχι μόνο στη μείωση της απελευθέρωσης των αναπνευστικών εκκρίσεων (έλεγχος πηγής), αλλά και στην προστασία από μόλυνση (αυτοπροστασία)1 των ατόμων που τις φορούν σωστά.

Σύμφωνα με τα συμπεράσματα πρόσφατης μελέτης, που έλαβε χώρα στην Μεγάλη Βρετανία, όταν οι μάσκες χρησιμοποιούνται στην κοινότητα από όλους και όχι μόνο από αυτούς που εμφανίζουν συμπτώματα, ο αριθμός αναπαραγωγής μπορεί να μειωθεί κάτω από το1 οδηγώντας στον μετριασμό της εξάπλωσης του ιού2. Επιπλέον, σε μετανάλυση 172 μελετών σε 16 χώρες η χρήση μάσκας φάνηκε να είναι προστατευτική σε οποιαδήποτε έκθεση στη λοίμωξη3. Τεκμηριωμένη είναι η χρήση μάσκας σε χώρους υψηλής μεταδοτικότητας όπως είναι και οι σχολικές αίθουσες. Με το δεδομένο

αυτό η χρήση της μάσκας μπορεί να είναι εξίσου αποτελεσματική και σε πολυσύχναστους δημόσιους χώρους, χώρους εργασίας, κλειστούς χώρους, στα μέσα μαζικής μεταφοράς, όταν δεν τηρούνται οι αποστάσεις4

Για τους ανωτέρω λόγους κρίνεται αναγκαίο το ευρύ κοινό να κατανοήσει την ανάγκη χρήσης της προστατευτικής μάσκας προσώπου καθώς και τους κανόνες ορθής χρήσης της. Τονίζεται ότι, κρίσιμης σημασίας για την αποτελεσματική χρήση της μάσκας είναι η σωστή εφαρμογή της, έτσι ώστε να μην αφήνει κατά το δυνατόν κενά μεταξύ προσώπου και μάσκας. Σημειώνεται ότι, οι μάσκες παρέχουν τη μέγιστη προστασία όταν εφαρμόζονται σε στενή επαφή με το δέρμα5.

Μάσκες προσώπου: Ορισμός6

Μια ιατρική μάσκα προσώπου (επίσης γνωστή ως χειρουργική μάσκα) είναι μια ιατρική συσκευή που καλύπτει το στόμα, τη μύτη και το πηγούνι για να παρέχει ένα εμπόδιο που περιορίζει τη μετάδοση ενός μολυσματικού παράγοντα μεταξύ του προσωπικού του νοσοκομείου και των ασθενών. Οι ιατρικές μάσκες χρησιμοποιούνται από τους εργαζομένους στον τομέα της υγειονομικής περίθαλψης για να αποτρέψουν την είσοδο μεγάλων αναπνευστικών σταγονιδίων και πιτσιλιών στο στόμα και τη μύτη του χρήστη και να βοηθήσουν στη μείωση και / ή τον έλεγχο της εξάπλωσης μεγάλων αναπνευστικών σταγονιδίων στην πηγή. Οι ιατρικές μάσκες συμμορφώνονται με τις απαιτήσεις που ορίζονται στο Ευρωπαϊκό Πρότυπο EN 14683: 2014.

Οι μη ιατρικές μάσκες προσώπου (ή μάσκες «κοινότητας») περιλαμβάνουν διάφορες μορφές αυτο-κατασκευασμένες ή εμπορικές μάσκες και καλύμματα προσώπου από ύφασμα, άλλα υφάσματα ή άλλα υλικά, όπως χαρτί. Δεν είναι τυποποιημένες και δεν προορίζονται για χρήση σε χώρους υγειονομικής περίθαλψης ή από επαγγελματίες υγείας.

Το ευρύ κοινό μπορεί να χρησιμοποιεί μη ιατρικές (υφασμάτινες) μάσκες, ή απλές χειρουργικές μάσκες μιας χρήσης. Από την υποχρέωση χρήσης μάσκας σε χώρους συνάθροισης κοινού εξαιρούνται τα άτομα για τα οποία η χρήση μάσκας δεν ενδείκνυται για ιατρικούς λόγους που αποδεικνύονται με τα κατάλληλα έγγραφα, όπως λόγω αναπνευστικών προβλημάτων και τα παιδιά ηλικίας κάτω των τεσσάρων (4) ετών (σχετική 6 ΚΥΑ).

Αναφορικά με τις ασπίδες προσώπου (face shields), λαμβάνοντας υπόψη ότι προσφέρουν χαμηλότερο βαθμό προστασίας από τη μάσκα, όσον αφορά την πρόληψη της μετάδοσης σταγονιδίων, δεν ισοδυναμούν με μάσκα και η χρήση τους γίνεται συμπληρωματικά με τις μάσκες προστασίας. Εάν πρόκειται να χρησιμοποιηθούν ασπίδες προσώπου, πρέπει να διασφαλιστεί η σωστή σχεδίαση που καλύπτει τις πλευρές του προσώπου και κάτω από το πηγούνι καθώς και ο επαρκής καθαρισμός και απολύμανσή τους. Ασπίδες, που καλύπτουν μερικώς το πρόσωπο ή μόνο το στόμα και την μύτη (mouth shields) θα πρέπει να αποκλείονται γιατί δεν προσφέρουν προστασία ούτε στον χρήστη ούτε σε άλλο άτομο και δεν θεωρούνται ότι αποτελούν μάσκα προστασίας.

Τέλος, τονίζεται ότι για όλους τους τύπους μασκών θα πρέπει να τηρούνται οι ακόλουθες οδηγίες για τη σωστή εφαρμογή τους, έτσι ώστε να μην αφήνουν κατά το δυνατόν κενά μεταξύ προσώπου και μάσκας (δείτε και τις οπτικοποιημένες οδηγίες στο Παράρτημα Ι).

Οδηγίες για τη σωστή χρήση μάσκας

> Πλένετε επιμελώς τα χέρια σας με νερό και σαπούνι ή με αλκοολούχο αντισηπτικό υγρό πριν εφαρμόσετε τη μάσκα στο πρόσωπό σας και οπωσδήποτε πριν την αφαίρεσή της

> Εφαρμόστε τη μάσκα στο πρόσωπο σας καλύπτοντας τη μύτη και όλη τη περιοχή του στόματος μέχρι και κάτω από το πηγούνι.

> Αφαιρέστε τη μάσκα τραβώντας ταυτόχρονα τα λάστιχα πίσω από τα αυτιά. Κατά την αφαίρεση βεβαιωθείτε ότι δεν αγγίζετε το μπροστινό μέρος της μάσκας. Η μάσκα πρέπει να αφαιρείται και να απορρίπτεται όταν υγρανθεί.

> Αν η μάσκα είναι μιας χρήσεως, απορρίψτε την με ασφαλή τρόπο σε κάδο κοινών αστικών απορριμμάτων και όχι ανακύκλωσης, κρατώντας την πάντα από τα λάστιχα. Οι μάσκες μιας χρήσεως δεν ανακυκλώνονται και δεν πρέπει να απορρίπτονται στους μπλε κάδους ανακύκλωσης.

> Εάν η μάσκα είναι πολλαπλών χρήσεων (υφασμάτινη) βεβαιωθείτε ότι την πλένετε το συντομότερο δυνατόν, στο πλυντήριο ή στο χέρι με κοινό απορρυπαντικό και σε θερμοκρασία 600 C και στη συνέχεια την σιδερώνετε.

Επισημαίνεται ότι, η χρήση της μάσκας είναι ένα συμπληρωματικό μέτρο και δεν υποκαθιστά τους βασικούς κανόνες προστασίας όπως η φυσική απόσταση >1,5μ, η αναπνευστική υγιεινή (χρήση χαρτομάντηλου για τον βήχα ή πτάρνισμα), η υγιεινή των χεριών και η αποφυγή αγγίγματος του προσώπου. Παρακαλούμε για την ενημέρωση των εποπτευόμενων φορέων σας και την ευρύτερη διάχυση των αναφερομένων προς ενημέρωση του κοινού.

ΓΕΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

Πηγή : http://bep.gr/systaseis-anaforika-me-tin-xrisi-tis-maskas-sto-plaisio-tis-pandimias-covid-19.html