

انواع "ماسک های تنفسی"

■ با توجه به بحث شیوع و بروز یا اپیدمی بیماریهای مسری از جمله "کورونا ویروس" و "آنفلوآنزای N1H1"، ممکن است به مردم توصیه شود تا با به کارگیری "ماسک تنفسی" از خود محافظت کنند.

لازم است شهروندان با انواع این ماسک ها آشنایی داشته باشند .

■ "ماسک های پزشکی یا جراحی"، برای محافظت در برابر ذرات معلق عفونی در هوا، عموماً در حین عمل جراحی بکار گرفته می شوند. این ماسک ها برای پوشاندن دهان و بینی فرد طراحی شده و می توانند ورود ذرات بزرگ، ترشحات و ... را به سیستم تنفسی مسدود کنند. اما ذرات کوچک ممکن است از آنها عبور کنند .

■ ماسک فیلتر دار : FFP1 مناسب برای ذرات بزرگتر از ۵ میکرون با فیلتراسیون ۸۰ درصد،

■ ماسک فیلتر دار : FFP2 مناسب برای ذرات بین ۲ تا ۵ میکرون با فیلتراسیون ۹۴ درصد

■ ماسک فیلتر دار : FFP3 مناسب برای ذرات کوچکتر از ۲ میکرون با فیلتراسیون ۹۹ درصد

■ ماسک : N95 مناسب برای ذرات بزرگتر از ۰,۳ میکرون با فیلتراسیون ۹۵ درصد و غیرمقاوم نسبت به روغن

■ ماسک : N99 مناسب برای ذرات بزرگتر از ۰,۳ میکرون با فیلتراسیون ۹۹ درصد و غیرمقاوم نسبت به روغن

■ ماسک : N100 مناسب برای ذرات بزرگتر از ۰,۳ میکرون با فیلتراسیون ۹۹,۹۷ درصد و غیرمقاوم نسبت به روغن

■ ماسک : R95 مناسب برای ذرات بزرگتر از ۰,۳ میکرون با فیلتراسیون ۹۵ درصد و مقاوم نسبت به روغن تا حداکثر ۸ ساعت

■ ماسک : R99 مناسب برای ذرات بزرگتر از ۰,۳ میکرون با فیلتراسیون ۹۹ درصد و مقاوم نسبت به روغن تا حداکثر ۸ ساعت

■ ماسک : R100 مناسب برای ذرات بزرگتر از ۰,۳ میکرون با فیلتراسیون ۹۹,۹۷ درصد و مقاوم نسبت به روغن تا حداکثر ۸ ساعت

■ ماسک : P95 مناسب برای ذرات بزرگتر از ۰,۳ میکرون با فیلتراسیون ۹۵ درصد و مقاوم نسبت به روغن

■ ماسک : P99 مناسب برای ذرات بزرگتر از ۰,۳ میکرون با فیلتراسیون ۹۹ درصد و مقاوم نسبت به روغن

■ ماسک : P100 مناسب برای ذرات بزرگتر از ۰,۳ میکرون با فیلتراسیون ۹۹,۹۷ درصد و مقاوم نسبت به روغن

■ ماسک فیلتردار کربن دار:

در این نوع ماسک ها وجود چند لایه کربن اکتیو، مانع از نفوذ بوی آلودگی و گازهای مضر هوا به داخل ماسک می شوند.

■ به طور کلی، عمر مفید ماسک فیلتردار N95 و FFP2 حدود ۸ ساعت کاری است. این ماسک ها در سه حالت زیر باید تعویض شود:

● اگر قالب کاسه ای شکل ماسک فرم خود را از دست داده باشد و به طور کامل روی صورت محکم نچسبده و باعث نشت هوای بیرون به درون ماسک شود.

● اگر با وجود ماسک روی صورت بوی دود و هوای آلوده بیرون احساس شود.

● اگر فیلتر ماسک کثیف شده و گرد و غبار روی سطح آن قابل تمیز شدن نباشد.

■ ماسک N95 برای جلوگیری از نفوذ ۹۵٪ ذرات بسیار کوچک استفاده می شود. بر خلاف ماسک های پزشکی، ماسک N95 با امنیت بیشتری روی صورت قرار می گیرد و می تواند تا ورود ۹۵٪ از ذرات بسیار کوچک را مسدود کند.

■ قبل از لمس ماسک، دست ها باید حداقل ۲۰ ثانیه با آب و صابون شسته شده بعدا به کمک یک دستمال کاغذی تمیز خشک شوند. ماسک برای وجود هر نوع نقص، سوراخ و پارگی باید چک شود.

گردآوری و ویرایش:

دکتر برهان ولدبیگی

چند توصیه ساده اما بسیار مهم در خصوص استفاده از ماسک

- ماسک‌ها طول عمر دارند، بهترین علامت برای پایان طول عمر ماسک، بالارفتن رطوبت است (حدود ۳ ساعت)
- ماسک‌ها اغلب دوپنده است، گذاشتن آنها چندان مهم نیست اما برداشتن آن اهمیت فوق العاده‌ای دارد
- برداشتن ماسک را صرفاً از طریق بندها اقدام کنید! دست زدن به خود ماسک بعد از چند ساعت تنفس، یعنی دست زدن به موجی از باکتری‌ها و ویروس‌ها!
- اگر ماسک شما دو بند دارد ابتدا بند پایینی و سپس بند بالایی را آزاد کنید، این کار مانع آویزان شدن بدنه ماسک روی لباس شما شده و از انتقال ذرات آلوده روی ماسک به لباس شما پیشگیری می‌کند
- برای دور انداختن ماسک صرفاً بندهای آن را بگیرید، از تماس دست با بدنه ماسک مصرف شده جداً خودداری ورزید! چرا که زحمت چند ساعت تنفس شما در ماسک را هدر می‌دهد.
- دقت داشته باشید ماسک بیش از اینکه بدرد شما بخورد باید روی دهان کسی باشد که تنفسش محیط را آلوده می‌کند پس اگر در محل کار شما دو ماسک باشد، یکی ان ۹۵ و دیگری معمولی، ماسک ان ۹۵ را برای بیمار استفاده کنید!
- کاربرد ماسک نسبت به شستن مداوم و دقیق دست با آب و صابون یا مواد ضدعفونی در درجات بعدی پیشگیری است!