

N95抢不到,其他的口罩管用吗

专家:买防疫口罩认准这几种

聚焦 疫情防控

近日,多家药店的N95口罩出现一“罩”难求的现象,我们佩戴的普通医用口罩还有防护作用吗?12月14日,现代快报记者采访了江苏省妇幼保健院(江苏省人民医院妇幼分院)感染管理处副处长张翔。他表示,在当前疫情形势下,去医院这类风险较高的场所建议佩戴N95口罩、KN95口罩,如果没有,也可佩戴医用外科口罩或者普通医用口罩。需要注意的是,N95或者KN95口罩不建议长时间佩戴,可能会影响心肺功能,老人、儿童、患有呼吸系统疾病者要慎戴。另外,在风险相对较低的场所,佩戴医用外科口罩或者普通医用口罩即可。

现代快报+记者 梅书华



买防疫口罩,认准这几种

究竟该如何挑选防疫口罩?张翔表示,大家可以选择医用防护口罩(GB19083-2010)、普通型N95口罩、KN95口罩(GB2626-2019)、医用外科口罩(YY0469-2011)、一次性使用医用口罩(YY/T 0969-2013)、儿童口罩(GB/T 38880-2020)等。另外,棉布、纱布、聚氨酯纤维类口罩防护效果十分有限,不建议佩戴。

对普通人而言,N95和KN95防护效果相同

在挑选口罩时,许多人都认准了N95口罩,认为这种效果最好,真的是这样么?张翔介绍,大家通常所说的N95口罩,分为医用型N95和普通型N95,对于普通人而言两种N95都可以选择,其中,医用型N95口罩属于医用防护口罩范畴,主要是防止飞溅物渗透,对于普通人而言意义不大。

另外,所谓N95或KN95,是指口罩的防护级别标准,N95是美标,KN95是国标,标准基本一致。如果需要去医院等高风险

场所,首选佩戴N95或者KN95口罩,而且首选佩戴头套式而非挂耳式N95。

张翔强调,虽然N95、KN95口罩的防护效果好于其他型医用口罩,但这类口罩也是个双刃剑,防护效果好的同时,长时间佩戴也可能导致身体出现不适,体弱多病及老人孩子这类人群不要长时间佩戴,在风险相对较低的场所,佩戴医用外科口罩或者普通医用口罩即可。

口罩戴多层,防疫并不“升级”

大家戴口罩的方式五花八门,“漏洞”却不少。有人佩戴多层口罩防疫,张翔表示,这种方式不可取,也没有必要,戴多了反而可能会影响密封性。有人习惯用酒精给口罩消毒,这会导致口罩潮湿,反而影响防护效果;还有人觉得不用口罩时,将其挂在胳膊上很方便,其实这样做,口罩很容易被污染,临时不用时,建议挂在通风处,或者装进一次性密封袋。“戴口罩前,最重要也最容易被忽视的一个环节是做手卫生。”张翔强调,一定要做好手卫生后再戴口罩,否则佩戴时手污染了口罩内侧,反而增加感染风险。

口罩使用寿命4-6小时

一个口罩的使用“寿命”究竟是多长?张翔介绍,不管是哪种口罩,一般都建议4-6小时更换一个,尤其是在湿度高的寒冷冬季,口罩更容易变湿。一旦觉得口罩变得潮湿,应及时更换,因为口罩潮湿了会影响阻隔病毒的效果。

值得一提的是,无论使普通医用口罩还是N95口罩,都是有保质期的。那么,如果发现口罩已经过期了是否还能使用?张翔表示,一般不建议使用,但如果自己实在没有其他口罩,也可以佩戴。

1岁以内孩子不建议佩戴口罩

孩子该如何佩戴口罩?一方面要挑对口罩,选择适合孩子脸型型的口罩,另一方面,小孩呼吸功能弱,且不擅长表达,家长要严格注意佩戴口罩后孩子的状态,以防出现窒息。“不建议1岁以内的孩子佩戴口罩,有情况可以先通过互联网医院就诊。”张翔强调。

Bank 中国光大银行
CHINA EVERBRIGHT BANK

光大借记卡 信用卡 总有一卡适合你

光大信用卡 借记卡

抖音首绑光大信用卡立减30元

微信 支付宝 抖音 首绑光大借记卡领10元立减金红包

以上活动名额有限,先到先得,用完为止。

信用卡活动详见阳光惠生活APP,借记卡活动详见光大银行APP。



光大银行APP

阳光惠生活APP