

## ПЛЮСИ ТА МІНУСИ НОСІННЯ МАСОК ПІД ЧАС ПАНДЕМІЇ

*Дмитрієва Є. В., студ. (гр. ХД-71, ХТФ КПІ ім. Ігоря Сікорського)*

**Анотація.** Розглянуто переваги і недоліки носіння масок під час пандемії, наведено приклади до кожного з аргументів. Дано відповіді на запитання щодо нюансів носіння масок та їх призначення, в цілому.

**Ключові слова:** носіння масок, переваги і недоліки.

**Abstract.** The advantages and disadvantages of wearing masks during a pandemic are considered, examples of each of the arguments are given. Answers to questions about the nuances of wearing masks and their purpose in general.

**Keywords:** wearing masks, advantages and disadvantages.

**Вступ.** Наразі в Україні всі мешканці повинні надягати маску для проїзду у громадському транспорті та під час походу до магазину чи аптеки. На вулиці чи удома цього робити не потрібно.

Проте, носіння масок викликає палкі суперечки між їх прихильниками та супротивниками. Отже, які аргументи «за і проти»?

**Аналіз попередніх досліджень та стану питання.** Прихильники цього засобу вважають, що таким чином можна захистити співробітників магазинів, водіїв громадського транспорту і службовців муніципальних організацій від тих, у кого коронавірус проходить без будь-яких симптомів.

Ще одним плюсом маски вважається те, що її носіння зайвий раз нагадує, що не слід торкатися руками обличчя, щоб вірус не потрапив на слизову оболонку рота, носа або очей. Останній аргумент – вигляд людей у масках змушує серйозно сприймати загрозу пандемії.

Супротивники носіння масок всім без розбору, навпаки, вказують на те, що вони від вірусу не захищають. Більш того, ставши від дихання вологою, вони лише підвищують шанси вірусу потрапити до організму людини.

Більш того, голова профспілки німецьких лікарів Сузанне Йона впевнена, що носіння маски несе в собі потенційну небезпеку, передусім, через психологічний ефект. Вона буде давати відчуття помилкової безпеки, людина втратить пильність і буде нехтувати дотриманням дистанції та іншими гігієнічними процедурами [1].

**Мета роботи:** розглянути «плюси та мінуси» носіння масок під час пандемії коронавірусу, а також з'ясувати, як правильно їх носити.

**Методики, матеріали та результати досліджень.** Отже, надамо відповіді на найпоширеніші запитання.

1. Якщо людина хворіє безсимптомно, чи можуть маски захистити оточуючих?

Так, хоча є нюанси. Такі міркування змусили наприкінці березня американські Центри з контролю і профілактики захворювань змінити свої рекомендації: тканинні маски варто носити у публічних місцях, де складно або неможливо тримати потрібну дистанцію ц 2 м. Особливо, це стосується

районів, де коронавірус сильно поширений.

Але, водночас, треба зазначити, що люди, які хворіють без симптомів, є менш небезпечними, ніж ті, які їх мають: при чханні та кашлі краплі з вірусами поширюються набагато далі, ніж при розмові.

2. Але, про всяк випадок, маски краще носити всім?

Відповідь на це складне питання залежить від багатьох різних факторів.

Важливим є те, як саме поширюється коронавірус. Наразі відомо 2 шляхи передачі вірусу: краплі рідини, що вилітають з людини при кашлі, чханні чи розмові, які дуже швидко опускаються донизу, і, якщо осідають на слизових оболонках іншої людини, то вона може захворіти; контакт із зараженими поверхнями, якщо хвора людина кашлянула у долоню і торкнулася до дверної ручки, за яку після неї взялася інша людина, після чого, потерла ніс. У цьому випадку можна інфікуватися.

Інший можливий шлях поширення вірусу – дрібні краплі, що зависають у повітрі на тривалий час. Проте наразі немає даних, що свідчили б про те, що в умовах вулиці, а не закритих приміщень, у повітрі можуть перебувати такі частинки.

Маски захищають у ситуаціях, коли на відстані, яка менше 2 метрів, на вас хтось кашляє або чхає. Ось чому, вони необхідні медичним працівникам, які часто перебувають у таких ситуаціях. Але від зараження через забруднену поверхню вони не врятують, як і від завислих у повітрі дрібних крапель.

3. Чи не буде шкоди від маски? Чому, з самого початку, не було рекомендацій щодо їх носіння?

Теоретично, маски можуть принести шкоду, про що пише докладно ВООЗ у своїх рекомендаціях.

Наприклад, маски створюють помилкове відчуття безпеки: люди думають, що вони захищені і починають йти на невиправданий ризик. Тому наряду з рекомендаціями щодо носіння масок, всюди наголошується, що вони не замінюють основних заходів безпеки: дистанція 2 м від оточуючих, дезінфекція рук та уникнення торкання обличчя.

Також маски не зручно носити правильно: в них важко дихати, пітніють окуляри, через це люди починають використовувати їх неправильно, а відтак, маски стають джерелом вірусу, якщо не дотримуватися правил щодо їх використання. Наприклад, можна заразитися після того, як торкнувся її зовнішньої частини, намагаючись поправити маску, а потім – потерти очі. Окрім цього, вони можуть натирати і викликати шкірні захворювання.

Крім цього, медичним працівникам не вистачає засобів індивідуального захисту. Вони змушені носити маски довше, ніж потрібно, стерилізувати одноразові, навіть самостійно шити їх із марлі, що є небезпечним.

4. Як правильно доглядати за маскою? Та як взагалі її носити?

При використанні маски потрібно дотримуватися інструкції, що є на упаковці, але є декілька додаткових рекомендацій:

- мити руки перед тим, як надягати маску;

- повернути її правильною стороною до обличчя (у медичній масці вона зазвичай біла);
- при одяганні маски, зігнути дріт таким чином, щоб вона максимально щільно прилягала до носа. Шпарин повинно бути як найменше;
- одноразову маску можна використовувати тільки один раз;
- при використанні тканинної маски, її потрібно прати, як мінімум, раз на день за температури не менше 60 °С. При ручному пранні бажано використовувати відбілювач.
- при носінні маски – не чіпати її зайвий раз;
- якщо маска стала вологою або забруднилася, треба її змінювати;
- знімайте маску за гумку або тасьму;
- після того, як зняли маску, викиньте її у відро для сміття, що закривається (багаторазову покладіть у пакет, який закривається), і помийте руки з милом [2].

**Висновок:** Кожен, зрештою, вирішує сам – носити йому маску, чи ні, а також, де саме носити. Людина, що має симптоми респіраторної інфекції, і, яка змушена виходити на вулицю або мешкає не на самоті, повинна її вдягати. Важливо підкреслити, що в даному випадку, маска повинна бути медичною, а не тканинною. Для тих, хто доглядає за хворими, діяти слід аналогічно.

Для всіх інших випадків немає доказів ефективності носіння масок, але вони працюють в ситуаціях, коли не має можливості зберігати потрібну дистанцію у 2 метри з іншими людьми: або ви збережете здоров'я іншим, якщо хворієте безсимптомно, або не інфікуєтесь самі. Важливо зазначити, що це спрацює лише за умови правильного носіння масок.

Які саме маски носити – це також складне питання. Медичні маски, безумовно – найкращий варіант. Проте їх не вистачає навіть медичним працівникам, які мають безпосередній контакт з хворими. Щодо звичайної тканинної маски – то її можна досить легко зшити самостійно, не витрачаючи зайвих коштів. Також таку маску можна придбати навіть у супермаркетах на касі, на випадок, якщо ви її забули взяти з собою.

*Науковий керівник: Полукаров Ю. О., канд. техн. наук, доц. (каф. ОППЦБ КПІ ім. Ігоря Сікорського)*

## Література

1. Радио «Комсомольская правда». Названы плюсы и минусы ношения масок, 2020. URL [https://radiokp.ru/nazvany-plyusy-i-minusy-nosheniya-zaschitnykh-masok\\_nid16560\\_au74au](https://radiokp.ru/nazvany-plyusy-i-minusy-nosheniya-zaschitnykh-masok_nid16560_au74au).
2. Meduza. ВОЗ долго говорила, что маски не надо носить всем подряд. А теперь говорит, что, может, и надо. Так носить или нет? И если да, то как правильно, 2020. URL <https://meduza.io/cards/davayte-raz-i-navsegda-nuzhno-vse-taki-nosit-maski-vo-vremya-epidemii-ili-net-a-srochno-delat-ih-doma-samomu>.