

## ZAŠČITNE OBRAZNE MASKE

Ko dihamo, govorimo, kašljamo ali kihamo, se iz sluznice našega nosu in ust sprosti velika količina kapljic. Večina jih je premera med 0,5 µm in 12 µm in še posebej večje od teh vsebujejo mikrobe. Kapljice z mikrobi se posledično razpršijo po zraku in pristanejo na koži, sluznicah in veznicah oseb, ki so v bližini, hkrati pa pristanejo tudi na različnih površinah, kjer lahko mikrobi preživijo dalj časa. S prijemanjem teh površin lahko mikrobe preko vaših rok prenesete na nosno ali ustno sluznico oziroma na očne veznice, preko katerih mikrobi nato vstopajo v vaše telo.

Zaščitne obrazne maske uporabljamo v različnih situacijah, na različnih področjih in za različne namene. Zato se tudi njihove funkcije razlikujejo. V industrijskih obratih se uporablja zaščitne maske, ker se pri delu sproščajo majhni delci ali toksične kapljice. Na drugi strani medicinsko osebje uporablja maske predvsem zato, da pri delu ne okužijo pacientov, predvsem kadar mora delo potekati v sterilnem okolju (različne operacije in drugi aseptični postopki). Po drugi strani pa maske tudi ščitijo zdravstvene delavce, da se ne okužijo od pacientov. V času epidemij oziroma pandemij nosimo maske iz obeh razlogov. Če smo okuženi, bomo z dobro zaščito preprečili, da se virus ne prenese na druge. Po drugi strani lahko z masko zaščitimo sebe pred vnosom virusa v naše telo.

V nadaljevanju sledi kratek opis t.i. polobraznih mask za zaščito pred delci (trdnimi in tekočimi aerosoli) ter medicinskih obraznih mask, ki preprečujejo raznašanje virusov in bakterij.

### MEDICINSKE OBRAZNE MASKE (KIRURŠKA MASKA)

(skladne z evropskim standardom EN 14683:2019)

Medicinske obrazne maske, so oblikovane tako, da ščitijo pacienta in njegovo okolje (zrak, površine, opremo).

Glede na stopnjo zaščite se ločijo na dva osnovna tipa, tip I (BFE1) in tip II (BFE2). Tip I se uporablja za paciente v medicini z namenom, da se zmanjša tveganje širjenja okužb. Maske tipa II so namenjene uporabi medicinskih delavcev pri operacijah ter aseptičnih posegih.

Prileganje mask obrazu se razlikuje med maskami, ki so zgolj pritrjene s trakom za ušesi, in maskami, ki so privezane na zadnjem delu glave, medtem ko imajo na nosu prilagajočo se sponko. Različne vrste mask so primerne za različne namene, zato je zelo pomembno, da za svoj namen izberemo pravo masko. Zaščitne maske na različni način absorbirajo vlago iz izdihanega zraka. Posledično je maska uporabna dalj ali manj časa. Tako maske, ki bolje absorbirajo vlago, v medicini ohranjajo svojo funkcijo tudi pri zelo dolgih operacijah. Slabše maske se lahko uporabljajo za krajše posege. Normalno se medicinske maske nosijo od 2 do 8 ur, odvisno od stopnje zaščite in kontaminacije maske.

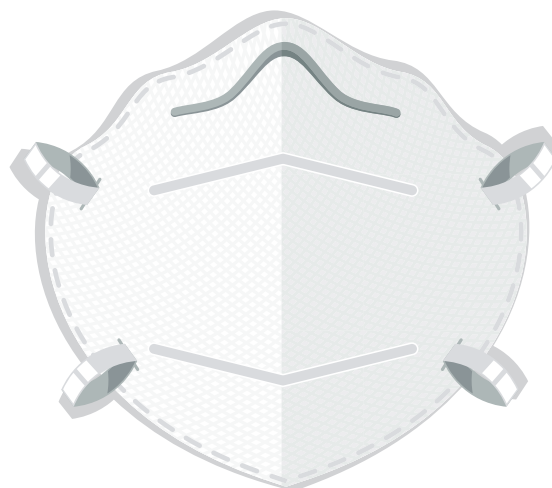
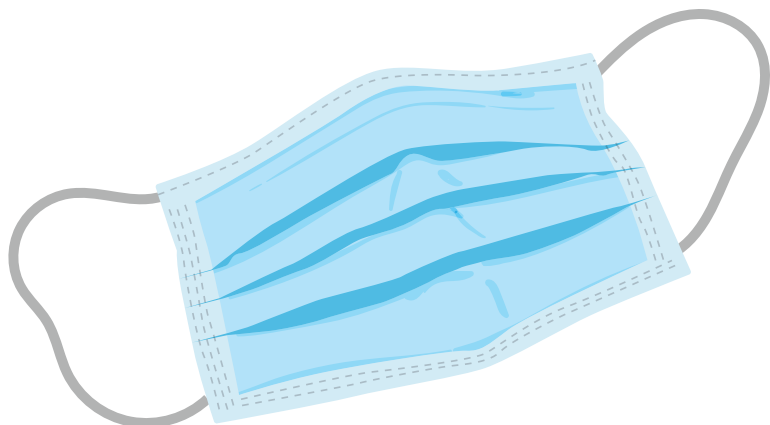
### POLOBRAZNE MASKE ZA ZAŠČITO PRED DELCI (RESPIRATORNE MASKE)

(skladne z evropskim standardom EN 149:2001+A1:2009)

Polobrazne maske za zaščito pred delci se razvršča glede na učinkovitost filtriranja ter glede na maksimalno količino uhajanja zraka pri vdihovanju. Delimo jih v tri razrede, FFP1, FFP2 ter FFP3. Nadalje se lahko razvrščajo tudi glede na to, ali so primerne za enkratno ali večkratno uporabo. Polobrazna maska je zaščitna oprema, ki uporabniku preprečuje vdihavanje aerosolov (prah, dima, megle) in tudi hlapov in plinov (razkužila, anestetični plini), ki so nevarni za zdravje. Ščiti uporabnika pred povzročitelji okužb, kot so bakterije in virusi, kamor sodijo tudi novi koronavirus, SARS, H1N1, itd.

Polobrazna zaščitna maska pokriva nos, usta ter brado. Dodatno ima lahko poseben ventil za vdihavanje oziroma izdihavanje, ki omogoča večje udobje uporabnika in preprečuje kondenzacijo znotraj maske. V celoti ali po večini je grajena iz filtra ali dodatno vsebuje del, kjer je filter že vgrajen. Če ima polobrazna maska vgrajen filter, lahko ta omejuje učinkovitost tudi na zgolj določene pline, hlape ali delce (proizvajalec jih v tem primeru jasno navede). Uporablja se s tesnim prileganjem obraza, tudi ko je koža suha ali vlažna in omogoča uporabniku prosto premikanje glave.

**Pomembno je, da te maske ščitijo uporabnika pred vdihovanjem okuženih »kapljic«. Izkušnje medicinskega osebja kažejo, da maske tipa FFP2 (oziroma FFP3 še toliko boljše) zagotavljajo dovolj dobro stopnjo zaščite pred okužbo s koronavirusom, sicer je vse odvisno od kakovosti izdelave maske.**



# PRAVILA PRI UPORABI ZAŠČITNE OBRAZNE MASKE

Obrazna maska je med in po uporabi kontaminirana, zato je pomembno sledeče:

- preden si masko nadenemo, si roke umijemo ali razkužimo,
- maske se ne smemo dotikati s prsti/z rokami (1),
- masko namestimo tako, da si jo zanki zatakamo za uhlja ali zavežemo trakove pod in nad uhljem, pri tem se trakova ne smeta križati (2,3),
- masko nosimo tako, da pokriva nos, usta in brado, in se mora čim bolj (tesno) prilegati obrazu (4),
- sponko na nosu s stiskom prilagodimo obliki našega nosu, da se maska čim bolj prilega obrazu in s tem bolj tesni (5),
- med ali po uporabi maske ne smemo obešati okoli vratu ali povleči na čelo,
- med uporabo se maske ne dotikamo, če se jo dotikamo, si moramo po dotiku umiti ali razkužiti roke,
- preden si masko odstranimo, si umijemo ali razkužimo roke,
- po odstranitvi maske si ponovno umijemo ali razkužimo roke,
- uporabljene in odstranjene maske ne nameščamo nazaj (razen če je namenjena večkratni uporabi, pri čemer sledimo navodilom proizvajalca za čiščenje in dezinfekcijo),
- če masko zopet potrebujemo, uporabimo novo masko ali dezinficirano masko za večkratno uporabo.



V primeru vprašanj na to temo, nas prosim kontaktirajte ...



Za pregled navodil se zadvaljujemo doc. dr. Mateji Logar, dr. med., specialistka infektologinja  
Klinika za infekcijske bolezni in vročinska stanja, SPOBO, UKC Ljubljana