Об использование масок
в сезон подъема заболеваемости ОРВИ и гриппом

Как известно, респираторные вирусы, в том числе и вирусы гриппа, чаще всего передаются от человека к человеку воздушно-капельным путем: через капли, выделяемые из дыхательных путей при речи, кашле и чихании.

Любой человек, находящийся около больного с симптомами респираторной инфекции (чихание, кашель, насморк, озноб или жар и др.), рискует заразиться после вдыхания инфицированных капель из дыхательных путей больного. Поэтому среди средств неспецифической профилактики особое место занимает ношение масок, благодаря которым ограничивается распространение вируса.

Маски могут иметь разную конструкцию, в зависимости от которой варьируется время использования и степень обеспечиваемой маской защиты. При необходимости маску можно изготовить и в домашних условиях. Простые одноразовые лицевые маски, а также маски-самоделки можно использовать не дольше 3 часов. Нельзя все время носить одну и ту же маску (даже маски многократного применения повторно используются только после обработки), иначе возникает опасность самозаражения.

Чтобы обезопасить себя от инфицирования важно правильно носить маску:

- маска должна тщательно закрепляться, плотно закрывать рот и нос, не оставляя зазоров;

- влажную или отсыревшую маску следует сменить на новую, сухую;

- не использовать вторично одноразовую маску;

- использованную одноразовую маску следует немедленно выбросить в отходы.

При уходе за больным, после окончания контакта с заболевшим, маску следует немедленно снять. После снятия маски необходимо незамедлительно и тщательно вымыть руки.

Маска уместна если вы находитесь в месте массового скопления людей, в общественном транспорте, а также при уходе за больным. Во время пребывания на улице полезно дышать свежим воздухом и маску надевать нецелесообразно.

Однако следует помнить, что применение маски не обеспечивает полной защиты от заболевания. Кроме маски необходимо соблюдать и другие профилактические меры.