

PTAC vebinārs

“Higiēnas sejas maskas, to ražošanas, testēšanas un lietošanas prasības”

# Sejas maskas pareizas valkāšanas un kopšanas nozīme sabiedrības epidemioloģiskās situācijas kontekstā



RĪGAS STRADIŅA  
UNIVERSITĀTE

VITA BREVIS ARS LONGA

**Asoc. Prof. Ivars Vanadziņš,**  
Rīgas Stradiņa universitātes  
Darba drošības un vides veselības  
institūta direktors

# Sejas masku nozīme COVID-19 profilaksē

- Joprojām ļoti pretrunīgi pierādījumi par lietošanas efektivitāti (runājot tieši par t.s. «*community face coverings*» vai ne-medicīniskajām/higiēnas maskām)
  - » Laboratorijas apstākļos ir pozitīvi secinājumi par to iespējamo efektivitāti, tomēr masku kvalitāte un lietošanas paradumi praksē šos ieguvumus ievērojami samazina un/vai rada citus riskus...
  - » Norvēģijas pētnieku aprēķins: lai samazinātu inficēšanās par 1 cilvēku nedēļā, 200 000 cilvēku būtu jālieto maskas;
    - Daļēji to apliecina arī Latvijas pieredze!
  - » Būtu nepieciešama ievērojama apmācība un cilvēku disciplinētība, lai panāktu reālu efektu;
  - » Iespējami efektīvas tikai tad, ja sabiedrībā ļoti augsts inficēto līmenis;



# Sejas masku nozīme COVID-19 profilaksē

- Ekspertu vidū lielākās bažas par:
  - » Sejas masku īpašībām/spēju aizturēt sīkos pilienus
  - » Reālajiem lietošanas paradumiem
  - » Audumu īpašību maiņu, maskas mazgājot
  - » **ļespējamo balansu starp ieguvumiem / zaudējumiem un riskiem – pašlaik būtiskākais ekspertu diskusiju virziens**
- Piedāvātās vadlīnijas (CWA 17553) ir solis pareizā virzienā, lai noteiktu vienotas prasības un pieeju, arī prasības testēšanai un lietošanai (Annex E)



# Riski/blakus efekti

## ■ Būtiskākie riski:

- » «*viltus drošības sajūtas*» radīšana – parasti noved pie citu, pārbaudīti efektīvu pasākumu neievērošanas (sociālā distancēšanās, roku mazgāšana u. tml.);
- » Mazāka distances ievērošana runājot - runas kvalitātes un skaļuma dēļ cilvēki liecas tuvāk;
- » Slikti pieguļošu masku dēļ, izelpotais mitrais gaiss kairina acis, neapzināti liekot tās pakasīt – ja rokas ir inficētas, tad ir augsts risks inficēties (tas pats ir ar seju zem maskas);



# Riski/blakus efekti

» Elpošanas grūtības – cilvēkiem ar hroniskām plaušu slimībām tas rada risku subjektīvai sajūtai par elpošanas grūtībām. Izelpotā CO<sub>2</sub> atkārtota ieelpošana liek paātrināt elpošanas biežumu un dziļumu = riski:

- veselībai un vīrusa daļiņu izplatībai – jo vairāk izelpotā gaisa lielā ātrumā;
- Padziļināta elpošana var veicināt vīrusa daļiņu izkļūšanu caur maskai un dziļāku iekļūšanu plaušās;



# Riski/blakus efekti

» Sejas masku nepareiza lietošana:

- Nepareiza uzlikšana (ar netīrām rokām, nenodrošinot blīvumu u. tml.);
- Nepareiza lietošana (atkārtota lietošana, pieskaršanās ar rokām u.tml);
- Nepareiza glabāšana (runājot par vairākkārtīgi lietojamām maskām);
- Nepareiza izlietoto maksu izmešana u. tml.

» Vēl viens aspekts: mazgāšana un atkārtota lietošana:

- Lielākās bažas: audumi mazgājot ļoti būtiski maina īpašības!
- Nepareizi mazgājot augsts risks neiznīcināt

vīrusu...



# Tātad - Svarīgākās prasības?

## ■ Pareizi ražotas maskas!

- » kvalitātes kontrole un testi par 70 vai 90% filtrācijas spēju!
- » Ērtas un piemērotas lietotājiem (virkne subjektīvu kritēriju)!

## ■ Pareiza masku lietošana:

- » Pareiza uzlikšana (aprakstīta arī standartā, arī ECDC un ASV CDC prasībās)
- » Lietošana «augsta riska» vietās (piemēram, autobusi, veikali u. tml.) – ja to liek situācija
- » Savlaicīga nomaiņa:
  - Ne vairāk kā 2 stundas!
  - Ja maska bijusi nepareizi uzlikta vai novietota / nobīdījusies...
- » Rezerves masku glabāšana (lai neinficētu!)



# Svarīgākās prasības?

- Mitru masku nomaiņa arī pēc īsāka lietošanas laika!
- Pareiza mazgāšana – nedaudz pretrunīgas prasības!
- Lietošana: - ne vairāk kā 5 reizes (izmaksu faktors...!)
- Riska grupām – īpašas prasības:
  - » Bērni (ir arī «svaigas» PVO vadlīnijas par šo – ar citiem ieteikumiem)
  - » Hroniski slimnieki
  - » Cilvēki ar runas traucējumiem, garīgās attīstības traucējumiem
  - » Fiziska darba darītāji
  - » Darba vietas, kur masku lietošana var apdraudēt drošību / darba vietas ar augstu gaisa mitrumu
- Utilizācija?

