

МАСКА, Я ВАС ЗНАЮ!

Поговорим сегодня о самых востребованных (и даже уже модных!) аксессуарах 2020 года – масках и респираторах. Насколько они эффективны и как долго можно пользоваться ими без вреда для собственного здоровья? А самое главное, правильно ли приравнивать эти средства индивидуальной защиты органов дыхания к стильной повседневной одежде без оглядки на их действенность и степень безопасности?

Защитить органы дыхания можно двумя методами – фильтрации и изоляции. Ко второму относятся противогазы, используемые в особо опасных случаях, например, при химическом заражении воздуха, на вредном производстве и прочее. Поэтому разговор пойдет не о них, а о средствах индивидуальной защиты органов дыхания (СИЗОД), которые просто отфильтровывают вдыхаемый воздух от пыли и вредных для здоровья субстанций. Такие средства фильтрации называются респираторами (лат. respiratio – дыхание) и включают в себя как текстильные полумаски, так и «аппараты» со специальными фильтрами и клапанами.

Безопасность любых СИЗОД гарантируется наличием сертификата качества (гигиенической оценкой изделия), а эффективны они только при использовании их строго в соответствии с инструкцией!

НА ПРОИЗВОДСТВЕ И В БЫТУ

Самые простые модели фильтрующих респираторов – доступные в эксплуатации **одноразовые полумаски**. Они защищают от пыли, бактерий и вирусов, передающихся воз-

душно-капельным путем, и широко используются в быту и на производстве.

Схожие по конструкции **полумаски многоразового использования** нуждаются в обязательной стерилизации после работы, имеют ограниченное число применений (указывается в инструкции) и также ограничиваются несколькими часами эксплуатации.

Респираторы со встроенным фильтром представляют собой полумаску из фильтрующего материала и предназначены для защиты органов дыхания от пыли и аэрозолей, присутствующих в воздухе производственных помещений. Бывают формованные и неформованные (расправляемые на лице). В конструкции подобных СИЗОД могут входить носовой зажим (для фиксации маски на лице) и клапан выдоха для профилактики скопления влаги в подмасочном пространстве.

Респираторы со сменным фильтром изготавливаются из пластичного изолирующего материала, имеют жесткую форму и клапаны вдоха в боковых отверстиях, куда вставляются сменные фильтры. В нижней части маски находится клапан выдоха.

Все эти виды респираторов (полумасок) можно использовать как на производстве так и в быту (уход за больными, садовые и строительные работы и прочее).

Согласно классификации по ГОСТу 2015 года фильтрующие респираторы (полумаски) подразделяют на три класса и обозначают в зависимости от их фильтрующей эффективности:

FFP1 – низкая эффективность. Уровень защиты – до 60%, время ношения – до 4 часов. Одноразовые, без клапана. Защищают от пыли и аэрозолей. Пропускают вирусы, поскольку они меньше размеров ячеек фильтрующего материала.

FFP2 – средняя эффективность. Уровень защиты – до 70%, время ношения – до 6-8 часов. Одноразовые, с клапаном. Защищают от аэрозолей, влаги и мелкодисперсных частиц, могут частично обеспечивать защиту от вирусов, поэтому применяются в лечебно-профилактических учреждениях. Большинству пользователей сложно дышать через них длительное время, так как материал не рассчитан на длительную эксплуатацию во влажных условиях.

FFP3 – высокая эффективность. Уровень защиты – до 80%, время ношения – до 6-8 часов. Одноразовые, с клапаном, который реально защищает от вирусов и бактерий. Часто эксплуатируются вместе с защитными очками. Стоит отметить, что, несмотря на клапан, дышать в них, особенно без должного навы-

ка, становится тяжело уже примерно через час.

Помимо того сегодня в продаже встречаются китайские модели с маркировкой «Защита N95», которые, по заверениям производителей, удерживают до 95% воздушно-капельных частиц и примерно соответствуют респиратору класса FFP2.

ДЛЯ МЕДИКОВ. И НЕ ТОЛЬКО

Одной из разновидностей производственных респираторов являются медицинские респираторы. Они плотно прилегают к лицу, закрывая нос, рот и подбородок, и надежно фиксируются на затылке ремешками. Бывают одноразовые и со сменными фильтрами вдоха и выдоха, благодаря которым маска может служить длительное время (при обязательной дезинфекционной обработке после каждого использования). Эти респираторы очищают вдыхаемый воздух от частиц размером 0,04-1,3 мкм (микрометров). Поскольку размеры почти всех микробов вписываются в этот интервал, медработники носят такие СИЗОД во время эпидемий.

Для защиты и профилактики заболеваний (в том числе не только медиками) активно используются также медицинские маски следующих разновидностей:

Марлевая многоразовая маска. Уровень защиты – до 20%, время ношения – до 2 часов. Самый простой вариант, часто используемый при отсутствии прямого кон-