

## Περιεχόμενα

1. ΤΑ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΑ ΔΕΔΟΜΕΝΑ ΓΙΑ ΤΗ ΧΡΗΣΗ ΜΑΣΚΑΣ

ΠΟΛΙΤΗΣ 17/04/2020 σελ.29

---



# Τα επιστημονικά δεδομένα για τη χρήση μάσκας



Του Κωνσταντίνου Χ. Μακρί\*



Οι περισσότερες κλινικές μελέτες δεν έδειξαν ότι η χρήση χειρουργικής μάσκας μειώνει σημαντικά το ρίσκο προσβολής από τον ιό της γρίπης, εκτός και εάν συνδυαστεί με πλύσιμο των χεριών ή εφαρμοστεί εντός 36 ωρών από τη στιγμή εμφάνισης των πρώτων συμπτωμάτων

**Ε**ν μέσω της πανδημίας COVID-19 συζητείται αρκετά αν η χρήση μάσκας από τον γενικό πληθυσμό που δεν έχει συμπτώματα είναι αποτελεσματική στη μείωση της μετάδοσης του ιού SARS-CoV-2, ο οποίος προκαλεί τη νόσο COVID-19 και μπορεί να μεταδοθεί με σταγονίδια σάλιου ή βλεννογόνων εκκρίσεων μέσω της αναπνευστικής οδού. Μιας και ο πιο ευρέως διαδεδομένος τύπος μάσκας είναι η απλή χειρουργική, τρία θέματα μας απασχολούν: i) ποιοι ενδείκνυται να τη χρησιμοποιούν, ii) ποια τα διαθέσιμα επιστημονικά δεδομένα για τη χρήση μάσκας στην κοινότητα, και iii) για πόσο χρόνο να χρησιμοποιείται, στη βάση της παγκόσμιας βιβλιογραφίας και οδηγιών από διεθνείς οργανισμούς. Είναι βασικό να τονιστεί ότι η χρήση μάσκας από επαγγελματίες υγείας δεν είναι "υπό συζήτηση". Οι επαγγελματίες υγείας έχουν εκπαιδευτεί ειδικά στη χρήση προσωπικού προστατευτικού εξοπλισμού και η χρήση διαφορετικών τύπων μασκών είναι ανέκαθεν μέρος της καθημερινότητάς τους, και όχι μόνο τώρα λόγω πανδημίας. Τι γνωρίζουμε όμως για το αν και πώς πρέπει να χρησιμοποιείται η απλή χειρουργική μάσκα από όσους δεν είναι επαγγελματίες υγείας;

## Ποιοι να χρησιμοποιούν

Βάσει των διαθέσιμων επιστημονικών δεδομένων μέχρι σήμερα, (1-2) η χρήση της ιατρικής μάσκας από τον γενικό πληθυσμό κατά την περίοδο της πανδημίας COVID-19 δεν συνιστάται για όλους, μιας και δεν υπάρχουν ξεκάθαρα επιστημονικά στοιχεία για το εάν μπορεί να μειώσει σημαντικά τον κίνδυνο μετάδοσης του ιού. (1-2, 4)

Η χρήση της χειρουργικής μάσκας κατά τη συνολική περίοδο πανδημίας στην κοινότητα βάσει οδηγιών από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (WHO) (4) και το Ευρωπαϊκό Κέντρο Ελέγχου Νοσημάτων (ECDC) (5) συνιστάται κατά προτεραιότητα για

i) επιβεβαιωμένους συμπτωματικούς φορείς του ιού και ii) φροντιστές υγείας, φορείς του ιού. Οι διεθνείς οργανισμοί, όπως ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (WHO) και το Ευρωπαϊκό Κέντρο Ελέγχου Νοσημάτων (ECDC), τονίζουν ότι η χρήση χειρουργικής μάσκας δεν είναι από μόνη της αποτελεσματική για την αποφυγή μετάδοσης του SARS-CoV-2 αν δεν συνδυάζεται με τα άλλα μέτρα τα οποία μπορεί να είναι κατά περίπτωση και πιο αποτελεσματικά. Συγκεκριμένα, ο ΠΟΥ προτείνει οι αρμόδιοι φορείς δημόσιας υγείας σε κάθε χώρα να αξιολογούν πολύπλευρα μια πιθανή σύσταση χρήσης μάσκας κατά τη συνολική περίοδο πανδημίας στην κοινότητα, ανάλογα με τα χαρακτηριστικά και τις συνήθειες του εκάστοτε πληθυσμού, την πιθανότητα έκθεσης στον ιό και το πόσο ευάλωτοι είναι οι πληθυσμοί και συγκεκριμένα άτομα (π.χ. όσοι δουλεύουν με



πολύ κόσμο), την πυκνότητα του πληθυσμού και τα χαρακτηριστικά των χώρων συγχρωτισμού. (4)

## Επιστημονικά δεδομένα

Η χρήση μάσκας συγκαταλέγεται στις λεγόμενες μη φαρμακολογικές παρεμβάσεις για τη μείωση μετάδοσης ιών, όπως είναι το πλύσιμο χεριών, η κοινωνική αποστασιοποίηση και η τήρηση ελάχιστων αποστάσεων. Για τη χρήση χειρουργικής μάσκας από υγιή άτομα στον γενικό πληθυσμό υπάρχουν περίπου 10 κλινικές δοκιμές που διενεργήθηκαν είτε κατά την περίοδο του SARS-CoV-1 ή της γρίπης (εποχικής) (1). Οι περισσότερες κλινικές μελέτες δεν έδειξαν ότι η χρήση χειρουργικής μάσκας μειώνει σημαντικά το ρίσκο προσβολής από τον ιό της γρίπης, εκτός και εάν συνδυαστεί με πλύσιμο των χεριών ή εφαρμοστεί εντός 36 ωρών από τη στιγμή εμφάνισης των πρώτων συμπτωμάτων. (1) Στην ανάλυση και την ερμηνεία αυτών των δεδομένων σημαντικό

ρόλο παίζει το ποσοστό συμμόρφωσης στη σωστή εφαρμογή της μάσκας. Παρατηρήθηκε ότι η συμμόρφωση των εθελοντών με την ορθή χρήση της μάσκας μειωνόταν όσο περνούσε ο χρόνος χρήσης της. (1) Παρόμοια στοιχεία αποτελεσματικότητας μη φαρμακολογικών παρεμβάσεων από κλινικές μελέτες δεν υπάρχουν για τον νέο κορωνοϊό, και οι όποιες συστάσεις βασίζονται στα χαρακτηριστικά μεταδοτικότητας της γρίπης και άλλων αναπνευστικών λοιμώξεων. Τα περισσότερα επιστημονικά στοιχεία αξιολόγησης μη φαρμακολογικών παρεμβάσεων σχετικά με τη μείωση ρίσκου μετάδοσης αναπνευστικών ιών στην κοινότητα δεν εστιάζουν τόσο στη χρήση μάσκας, όσο στο πλύσιμο χεριών ή σε άλλες παρεμβάσεις. Συγκεκριμένα, σειρά από αξιόπιστες κλινικές δοκιμές στην κοινότητα (6-7) έδειξαν ότι το συχνό και σχολαστικό πλύσιμο των χεριών αποτελεί το πιο αποτελεσματικό μέτρο ατομικής προστασίας ενάντια σε αναπνευστικές (γρίπη, H1N1, κ.λπ.) αλλά και γα-

στρεντερικές λοιμώξεις. Μια άλλη διάσταση, πέραν των πρακτικών θεμάτων, είναι η εσφαλμένη αίσθηση ασφάλειας που μπορεί να έχουμε φορώντας μάσκα και μπορεί να οδηγήσει σε ελλιπή εφαρμογή των άλλων μέτρων. Γι' αυτό και αναφέρεται εμφατικά στις διάφορες οδηγίες των οργανισμών δημόσιας υγείας ότι η χρήση μάσκας δεν πρέπει να θεωρείται το απόλυτο μέτρο προστασίας και όταν γίνεται χρήση χειρουργικής μάσκας δεν πρέπει να παραμελούνται οι άλλες βασικές αρχές ατομικής προστασίας από αναπνευστικές λοιμώξεις, όπως π.χ. το πλύσιμο των χεριών.

\*Αναπληρωτή καθηγήτρια Περιβαλλοντικής Υγείας, Διεθνές Ινστιτούτο Κύπρου για την Περιβαλλοντική και Δημόσια Υγεία, **ΤΕΠΑΚ**

Συνεργάστηκε και η **Ελίνα Ιωάννου**, διδακτορική φοιτήτρια, Διεθνές Ινστιτούτο Κύπρου για την Περιβαλλοντική και Δημόσια Υγεία, **ΤΕΠΑΚ**