



くすりと健康

一般社団法人
神戸市薬剤師会

マスクについて

神戸で国内初の感染者が確認された新型インフルエンザは、一度は落ち着いたものの、夏場も湿度が高い時期であるにもかかわらず、患者が増え続けました。その後、学校が始まったこともあり、感染は増加の一途をたどっており、今年の秋から冬にかけて猛威を振ることが予想されます。

今後のインフルエンザの流行に備えて、今のうちにマスクの準備をしておきましょう。

マスクは、口と鼻を覆うことで、せきやくしゃみによる飛沫の飛散を防ぎ、ほこりや花粉の飛沫粒子が体内に侵入するのを抑えるものです。

飛沫粒子がマスクのフィルターの編み目よりも大きければ効果がありますが、吸い込む空気の全てがフィルターを通して吸い込まれるわけ

はありません。通常は、顔とマスクの間から、フィルターを通過していない空気が多く流入しますので、マスクを使用する際は、なるべく顔に密着させるようにしましょう。

マスクの効果を高めるために、より密着性の高いマスクを使用すると、呼吸が苦しくなることがありますので、注意が必要です。

マスクの種類としては、不織布製マスクとガーゼマスクが一般的で、新型インフルエンザ発生時には、不織布製マスクが推奨されます。

不織布とは、繊維を熱や化学的な作用によって接着させることで布にしたものであり、市販されている家庭用マスクの約97%は不織布製マスクです。その形状は大きく分けて、立体的になるプリーツ構造を採用した「プリーツ型マスク」と、顔のラインに沿った形状で密着性を高めた「立体型マスク」の2つのタイプがあります。

不織布製マスクを使用するときは、

原則使い捨てで、1日1枚程度とします。また、マスクには病原体がついている可能性がありますので、使用中はあまり触らないようにしましょう。洗濯などによる再利用や他人との共用はできませんので、正しく使用するようしてください。

マスクの付け方ですが、鼻筋にフィットさせ、口とあごを確実に覆い、ゴムひもで耳にしっかりと固定します。使用後はひもを持って、マスク表面に触れないように外して捨て、その後は、流水やアルコール手指消毒剤で手を洗うようにしましょう。

マスクだけで、完璧にインフルエンザを予防することはできませんが、正しく使用しないと、効果はさらに薄くなります。せきエチケットとして、新型インフルエンザの流行時には、必ずマスクを付けるようにしましょう。また、自宅に帰ったら、手洗いがいをすることも忘れなようにしてください。