



# 口罩殊不簡單



本澳人口密度越來越高，根據統計及普查局資料顯示，2016年首季總人口已接近65萬，而機動車數量更是接近25萬輛。在寸金尺土的澳門，隨着人口及車輛數目的增加，空氣的質量亦相對下降，口罩就成了眾多居民抵抗空氣污染及傳染病的必要裝備。市面上的口罩種類繁多，是否防禦性強的口罩就是合用的口罩？如何能選擇一個合用的口罩，卻是很多人不瞭解的，為此，本會提供一些選購口罩的建議讓消費者參考。

## 口罩的種類

口罩具有阻隔液體及飛沫微粒通過的功能，口罩佩戴適當，方能抵抗空氣污染及預防飛沫傳播的疾病。現時，本澳常見的口罩分別為外科口罩、活性碳口罩、紙口罩、紗布口罩、棉布口罩及N95口罩等。紙口罩、紗布口罩及棉布口罩只能過濾較大的粒狀物，一般在進行清潔工作時使用；外科口罩為拋棄式口罩，一般分為三層，內層纖維柔細，具吸收汗水及油脂功能，中層為濾網，可阻隔細菌及粉塵，外層為防水材質，可阻隔飛沫；活性碳口罩通常為外科口罩上加入活性碳，即具有四層材質，具阻隔氣味的功能。

N95口罩並非品牌名稱，而是美國國家職業安全衛生研究所(National Institute for Occupational Safety and Health, 簡稱NIOSH)制定的口罩規格，N意為能過濾非油性(not resistant to oil)粒狀物，而95是指對於300納米大小之粒狀物的阻隔效率大於95%的口罩。除N型口罩外，還有P型及R型口罩，P型適用於防護油性粒狀物，R型則適用於防護固體和液體微粒。而在過濾效率方面，除95等級外，還有99及100等級。此外，中國國家標準GB2626-2006《呼吸防護用品 自吸過濾式防顆粒物呼吸器》依口罩的過濾性能分為KN和KP兩類，KN只適用於過濾非油性顆粒物，KP則適用於過濾油性及非油性顆粒物，在級別上，可分別分為90、95及100三級。此類口罩對氣流的阻抗較高，會造成呼吸困難，不適合一般市民長時間佩戴，尤其是患有呼吸系統疾病的市民或孕婦。

## 選購要留意

消費者選購口罩應到信譽良好的藥局及醫療用品店購買。揀選時，一定要購買有包裝的口罩，如沒有包裝的口罩，可能已經受到污染。口罩的包裝上一般會附有產品的資料，理想的產品資料包括產品名稱、生產日期及批號、有效日期或保存期限、生產商名稱及地址、使用說明及注意事項等。

## 使用外科口罩注意事項

1. 佩戴口罩前要先洗手，以免沾染口罩，影響防禦功能。
2. 佩戴口罩前須檢視口罩尺寸是否合適，如不合適會降低其防禦功能、並確認其為乾燥及完整。
3. 口罩的防水層向外，一般而言，有顏色的一面向為防水層，有金屬條的一邊向上。
4. 如為綁帶式的口罩，兩條繫帶必須綁於頭頂及頸後，如為掛耳式，就須把橡膠圈套在耳朵上。
5. 將金屬條沿鼻樑兩側按壓至緊密臉部，以及拉開摺紋，完全覆蓋鼻樑、口及下巴。
6. 佩戴口罩後避免觸摸口罩，如觸摸須洗手。
7. 口罩一旦沾濕、受污、變形、破損及存有異味都應立即更換，以及最少每天更換一次。
8. 脫下口罩後應洗手，避免接觸口罩已受污染的外層。
9. 已脫下的口罩應丟棄，並盡可能放入膠袋，再棄置於有蓋的垃圾筒。
10. 已脫下的口罩不建議再戴上或重覆使用。

## 如何儲存口罩

口罩應存放於乾爽及陰涼處，以及應獨立存放，避免受到外物的污染，如蚊蟲及塵埃，亦不可使口罩受壓變形。一旦發現口罩受污染、受潮、破損、有異味或已過保存期限，則不應使用。

