

Тимчасові рекомендації ВООЗ щодо використання масок в публічних місцях, під час домашнього догляду та під час заходів з охорони здоров'я в контексті спалаху нового вірусу (2019-nCoV)



**World Health
Organization**

29 Січня 2020

Вступ

Цей документ надає необхідні рекомендації щодо використання масок в громадських місцях, вдома та в медичних установах на територіях, де було зафіксовано спалахи хвороби, спричиненої новим коронавірусом (2019-nCoV).

Він призначений для працівників охорони здоров'я, профілактики та контролю інфекцій (ПКІ), менеджерів охорони здоров'я, медичних працівників та громадських медичних працівників. Він буде доповнений, коли буде доступно більше даних.

За наявної та доступної інформації презюмується, що шлях передачі людині від людини вірусу 2019-nCoV здійснюється або через краплі дихання, або контактно. Будь-яка людина, яка перебуває в тісному контакті (в межах 1 метра) з особою, яка має респіраторні симптоми (наприклад, чхання, кашель тощо), ризикує, що потенційно інфекційні краплі дихання потраплять на неї.

Медичні маски - хірургічні або процедурні маски, які є плоскими або плісированими (деякі схожі на чашки); вони прикріплені до голови за допомогою страсів.

Загальна порада

Носіння медичної маски - один із заходів профілактики для обмеження поширення певних респіраторних захворювань, включаючи 2019-nCoV, в місцевостях ураження. Однак використання однієї маски є недостатнім для забезпечення належного рівня захисту та повинні бути прийняті інші не менш відповідні заходи. Цей захід повинен поєднуватися з гігієною рук та іншими заходами ПКІ для запобігання передачі людьми 2019-nCoV. ВООЗ розробила вказівки щодо домашнього догляду та охороною здоров'я в контексті запобігання та контролю інфекцій (ПКІ) для використання при підозрі на зараження інфекцією 2019-nCoV.

Носіння медичних масок, коли не потрібно, може спричинити зайві витрати, навантаження на закупівлі та створити помилкове почуття безпеки, що може призвести до нехтування іншими важливими заходами, такими як гігієна рук. Більше того, використання маски некоректно може лише зменшити її ефективність щодо перешкоджання ризику передачі.

Настанови спільноті

Особи без ознак респіраторних хвороб повинні:

- уникати скупчень та частоти закритих переповнених просторів;
- підтримувати відстань не менше 1 метра від будь-якої людини з респіраторними симптомами 2019-nCoV (наприклад, кашель, чхання);
- часто дотримуватися гігієни рук, використовуючи натирання рук на спиртовій основі, якщо руки неочевидно забруднені, або мило та вода, коли руки помітно забруднені;
- при кашлі або чхання покрийте ніс і рот вигнутим ліктем або паперовою тканиною, утилізуйте тканини відразу після використання та виконайте гігієну рук;
- утримуватися від дотиків до рота та носа;

- медична маска не потрібна, оскільки відсутні дані про її корисність для захисту здорових осіб. Однак маски можна носити в деяких країнах відповідно до місцевих культурних звичок. Якщо використовуються маски, слід дотримуватися найкращих практик щодо носіння, зняття та утилізації, а також щодо гігієни рук після зняття (див. Нижче поради щодо правильного використання маски).

Особи з видимими ознаками респіраторних захворювань повинні:

- носити медичну маску і звертатися за медичною допомогою, якщо відчуваєте лихоманку, кашель і утруднене дихання, якнайшвидше або відповідно до місцевих протоколів;
- дотримуватися наведених нижче порад щодо відповідного користування масками.

Домашній догляд

З огляду на наявні на цей час дані про хворобу та її передачу, ВООЗ рекомендує у випадку підозри зараження 2019-нCoV доглядати за людьми шляхом використання ізоляційних заходів та спостереження в умовах лікарні. Це забезпечило б як безпеку, так і якість медичної допомоги (на випадок погіршення симптомів пацієнтів) та громадську безпеку охорони здоров'я.

Однак з кількох можливих причин, включаючи ситуації, коли стаціонарна допомога недоступна або небезпечна (тобто обмежена потужність та ресурси, що не в змозі задовольнити попит на послуги охорони здоров'я), або у випадку відмови від госпіталізації можуть знадобитися домашні прилаштування для надання медичної допомоги. Слід дотримуватись конкретних правил ПКІ для догляду в домашніх умовах.

Особи з підозрою на 2019-нCoV інфекцію з середнім рівнем ознак респіраторних захворювань повинні:

- дотримуватися частоті гігієни рук, використовуючи натирання рук на спиртовій основі, якщо руки не очевидно забруднені, або мило та вода, коли руки забруднені помітно;
- підтримувати відстань від здорових людей настільки, наскільки це можливо (не менше 1 метра);
- щоб вмістити дихальні секретії, медична маска повинна надаватися індивідуально і носитися якомога більше, якщо це може толеруватися іншими. Особи, які не сприймають медичну маску, повинні суворо застосовувати гігієну дихання, тобто покривати рот і ніс при кашлі або чханні одноразовою паперовою тканиною. Утилізуйте матеріал після використання. Очистіть руки відразу після контакту з дихальними виділеннями;
- покращити потік повітря у житловій площі, максимально відкривши вікна та двері.

Родичі чи доглядачі осіб з підозрою на 2019-нCoV інфекцію з середнім рівнем ознак респіраторних захворювань повинні:

- дотримуватися частоті гігієни рук, використовуючи натирання рук на спиртовій основі, якщо руки не очевидно забруднені, або мило та вода, коли руки забруднені помітно;
- носити медичну маску знаходячись в одній кімнаті з хворим;

- підтримувати відстань від здорових людей настільки, наскільки це можливо (не менше 1 метра);
- утилізувати матеріал після використання. Очистити руки відразу після контакту з дихальними виділеннями;
- покращити потік повітря у житловій площі, максимально відкривши вікна та двері.

Медичні установи

Особи з симптомами респіраторних захворювань повинні:

- носити медичну маску під час очікування в черзі, місцях для очікування, чи під час просування установою;
- надягати медичну маску під час перебування в місцях для співперебування осіб з підозрою на захворювання або підтверджених випадків;
- не надягати медичну маску при ізоляції в одиночних кімнатах, але прикривати рот і ніс при кашлі або чханні одноразовими паперовими тканинами. Утилізувати їх належним чином та негайно виконайте гігієну рук.

Медичні працівники повинні:

- носити медичну маску при вході в приміщення, де пацієнти, підозрювані або підтверджені зараженням 2019-nCoV, приймаються та в будь-якій ситуації догляду особи з підозрою чи підтвердженим випадком захворювання;
- використовувати респіратор твердих часток, як мінімум настільки захисний, як сертифікований Національним інститутом охорони праці (NIOSH) N95, стандарт FFP2 Європейського Союзу (ЄС), або еквівалент, під час виконання аерозольних генераційних процедур, таких як інтубація трахеї, інвазивна вентиляція, трахеотомія, серцево-легенева реанімація, ручна вентиляція перед інтубацією та бронхоскопія.

Поводження з масками

Якщо медичні маски носяться, важливим є належне використання та утилізація для забезпечення їх ефективності та уникнення будь-якого збільшення ризику передачі, пов'язаного з неправильним використанням та утилізацією масок.

Наступна інформація про правильне використання медичних масок впливає з практик в установах охорони здоров'я:

- розміщуйте маску обережно, щоб прикрити рот і ніс і надійно зав'язати, щоб мінімізувати проміжки між обличчям і маскою;
- зніміть маску за допомогою відповідної техніки (тобто не торкайтеся спереду, а зніміть шнурок ззаду);
- після зняття або кожного разу, коли ви ненавмисно доторкнетесь до вживаної маски, очистіть руки, використовуючи спирт для рук на основі спирту або мило, якщо вода помітно забруднена;
- замініть маски на нову чисту суху маску, як тільки вони стануть вологими / вологими;
- не використовуйте повторно використані маски;

- відмовтеся від одноразових масок після кожного використання та утилізувати їх негайно після зняття.

Тканинні (наприклад, бавовняні або марлеві) маски ні в якому разі не рекомендуються.

Переклад з англійської Харківської правозахисної групи