

## เคล็ดลับข้อปิ้ง : เลือกซื้อหน้ากากอนามัยป้องกันไข้หวัด 2009

นำเสนอเมื่อ : 14 ก.ค. 2552

## เคล็ดลับข้อปิ้ง : เลือกซื้อหน้ากากอนามัยป้องกันไข้หวัด 2009

"เคล็ดลับข้อปิ้ง" วันนี้องอิงกระแสการแพร่ระบาดของ 'ไข้หวัดใหญ่ 2009'  
ด้วยการชวนสมาชิกครูบ้านนอกมาเลือกซื้อหน้ากากอนามัยป้องกันภัยจากไข้หวัดใหญ่ 2009 กันค่ะ

กันไว้ดีกว่าแก้แน่ะคะ , ถึงแม้ว่าการสวมหน้ากากอนามัยจะไม่ได้ช่วยให้เราปลอดภัยจากการเชื้อโรคซึ่งเป็นที่มาของไข้หวัดใหญ่ 2009 ไตรอยเปอร์เซ็นต์ แต่การสวมหน้ากากอนามัยจะช่วยลดการแพร่กระจายของละอองเล็ก ๆ จากการไอจามที่มีเชื้อโรครออยู่ได้ถึงร้อยละ 80 เลยทีเดียว

สำหรับหน้ากากอนามัยนั้นปัจจุบันมีให้เลือกใช้กันหลายประเภท  
ซึ่งเราสามารถเลือกซื้อได้ตามประสิทธิภาพในการใช้งานดังต่อไปนี้ค่ะ



### >>> หน้ากากอนามัยแบบเยื่อกระดาษ 3 ชั้น

นิยมใช้กันมากในปัจจุบัน หน้ากากชนิดนี้มีประสิทธิภาพในการกรองฝุ่นได้ดี สามารถป้องกันของเหลวซึมผ่านได้ ป้องกันการแพร่กระจายเชื้อโรคจากการไอหรือจาม ซึ่งหน้ากากอนามัยชนิดนี้อาจสามารถป้องกันผู้สวมใส่จากเชื้อโรคในน้ำพริกเชื้อแบคทีเรียหรือเชื้อรา แต่หากเป็นเชื้อไวรัส ซึ่งเป็นอนุภาคที่มีขนาดเล็กมากในระดับไมครอน อาจจะไม่สามารถป้องกันได้ และไม่ควรมีการนำวัสดุที่ควรเปลี่ยนหน้ากากใหม่ทุกวัน โดยหากามีราคาชิ้นละประมาณ 5 บาท หากซื้อได้ตามร้านขายยาทั่วไปค่ะ

>>> หน้ากากอนามัยที่ผลิตจากผ้าฝ้าย หน้ากากชนิดนี้จะเน้นใช้สำหรับป้องกันฝุ่นละออง และป้องกันการกระจายของน้ำมูกหรือน้ำลายจากการไอจาม แต่อาจไม่สามารถกรองเชื้อโรคที่มีขนาดเล็กมาก ๆ ได้เช่นเดียวกับหน้ากากอนามัยเยื่อกระดาษ แต่ข้อดีของหน้ากากผ้าฝ้ายนี้คือสามารถซักทำความสะอาดด้วยผลิตภัณฑ์ฆ่าเชื้อโรคแล้วนำกลับมาใช้ใหม่ได้ค่ะ ซึ่งจะช่วยให้ผู้ใช้ประหยัดมากขึ้น ราคาของหน้ากากประมาณชิ้นละ 5-10 บาท เท่านั้นค่ะ



>>> หน้ากากอนามัยชนิด N95 ถือเป็นหน้ากากอนามัยที่ยอมรับกันในระดับนี้ว่า สามารถป้องกันเชื้อโรคได้ดีที่สุด เพราะป้องกันได้ทั้งฝุ่นละอองและเชื้อโรคที่มีขนาดเล็กถึง 0.3 ไมครอน และมีอายุการใช้งานนานประมาณ 3 สัปดาห์ แต่อาจจะหนักก็ควรที่จะเปลี่ยนใหม่ทุกวัน หน้ากากชนิดนี้มีราคาชิ้นละประมาณ 30-50 บาท ... ถ้าใครกลัวที่จะได้รับเชื้อไข้หวัดใหญ่ 2009 ละก็ หน้ากากอนามัยชนิด N95 น่าจะเป็นตัวเลือกที่ดีอีกตัวเลือกหนึ่งเลยที่เดียวละคะ

ส่วน**หน้ากากป้องกันมลพิษ** สามารถป้องกันฝุ่นละออง คาร์บอน ไอเสียรถยนต์ และไอระเหยของสารเคมีต่างๆ ได้เป็นอย่างดี แต่หาไม่สามารถป้องกันเชื้อโรคได้คะ ฉะนั้นจึงไม่เหมาะที่จะนำมาสวมใส่เพื่อป้องกันโรคติดต่อในระบบทางเดินหายใจ

ได้รู้กันไปแล้วนะคะว่าหน้ากากแต่ละประเภทมีประสิทธิภาพในการป้องกันเชื้อโรคได้อย่างไรบ้าง  
ทีนี้ก็ถึงเวลาที่คุณจะต้องไปหาซื้อหน้ากากอนามัยมาติดตัวไว้เพื่อเป็นการป้องกันเชื้อโรคที่อาจจะนำมาสู่โรคไข้หวัดใหญ่ 2009 ได้แล้วละคะ

ที่ลืมไม่ได้ "กินร้อน ช้อนกลาง ล้างมือ" และ "สวมหน้ากากอนามัย" จะช่วยให้ห่างไกลจากไข้หวัดใหญ่ 2009 ค่ะ

ขอบคุณข้อความดี ๆ จากเด็กดีต่อทุกคน