

پاسخ به سوالات پانل چهارم از سری ژورنال کلاب های محتوایی پرستاری
" بررسی مبتنی بر شواهد استفاده از ماسک در پاندمی ویروس کرونا"

عنوان پانل چهارم:

" بررسی مبتنی بر شواهد ماسک مناسب برای بیماران مبتلا به کرونا و عموم جمعیت"

اعضای پانل:

جناب آقای دکتر وحید زمان زاده (دبیر علمی ژورنال)

جناب آقای دکتر وحید پاکپور (استادیار پرستاری)

سرکار خانم مریم وحیدی (دکتری پرستاری)

لیلا شیخ نژاد (دانشجوی دکتری پرستاری)

تاریخ و ساعت برگزاری: چهارشنبه 31 اردیبهشت- ساعت 9 صبح

سوالات و پاسخ ها

1- با توجه به اینکه WHO ماسک جراحی را در برابر کرونا ویروس موثر نمی داند پس چرا توصیه به استفاده از ماسک جراحی در اماکن می کند؟

پاسخ: همانطور که در اسلایدها ذکر شده است اولویت استفاده از ماسک جراحی در شرایط کمبود ماسک با کادر درمان و سپس افراد آسیب پذیر می باشد. و همینطور دلایل WHO نیز ذکر شد که مجددا یادآوری می گردد.

- کمبود ماسک برای پرسنل
- شواهد نشان می دهد ماسک جراحی حفاظت اثربخش در مقابل کرونا ویروس ندارد.
- استفاده نادرست از ماسک می تواند خطر عفونت ویروس را افزایش دهد.

اما اشاره شده است که تحقیقات بسیاری باید انجام گیرد تا شکاف موجود بین شواهد در رابطه با استفاده یا عدم استفاده همگانی از ماسک را از ببرد. همچنین گفته شده است اگر کمبود ماسک بتواند برطرف شود استفاده همگانی از ماسک بلامانع است.

2- منظور از ماسک پزشکی همان ماسک جراحی است؟
پاسخ: بله

3- سوالی در مورد رسپیراتور N95 داشتیم، چرا نباید این نوع ماسک در اختیار عموم قرار بگیرد؟ مگر وسیله برای حفاظت عمومی نیست که افراد مبتلا به بیماری باعث انتشار به افراد عادی باعث ابتلا نشود؟

پاسخ: مشابه پاسخ به سوال 1، بدلیل کمبود جهانی ماسک N95 در شرایط پاندمی که تقاضا بیشتر از عرضه هست، اولویت استفاده از رسپیراتورها با کادر درمان است. افراد ناقل و بیمار نیز بدلیل اینکه دریچه یا سوپاپ موجود بر روی ماسک N95 باعث می شود هنگام بازدم ویروس همراه با هوای بازدمی به بیرون انتشار پیدا کرده و باعث آلودگی محیط اطراف شود نباید استفاده کنند.

4- منظور از مواد دفعی بیمار که می تواند حاوی ویروس کرونا باشد، فقط ترشحات تنفسی است؟ یا اینکه از طریق ادرار و مدفوع نیز ویروس قابل انتقال است؟

پاسخ: طبق آخرین یافته ها علاوه بر قطرات تنفسی بیمار RNA ویروس در مدفوع بیمار قطعی نیز یافت شده است.

5- به غیر از رویکرد احتیاط تماسی چه رویکردهای دیگری می توان نسبت به بیماریها داشت؟

پاسخ: برای پیشگیری از بیماریهای واگیردار بر اساس راه انتقال پاتوزن بیماریزا نوع احتیاطات لازم مشخص می گردد. راه های انتقال پاتوزنها می تواند هوابرد (انتقال از طریق آئروسل ها مانند TB) یا از طریق droplet (یا ریزقطرات مانند آنفلوآنزا، کرونا) یا از طریق خون (مانند هپاتیت B) باشد. احتیاطات تماسی انواعی از احتیاطات می باشد که در مواجهه با بیماری واگیرداری که

از طریق قطرات منتقل می شود باید اتخاذ شوند و شامل استفاده از وسایل حفاظت فردی و شستن دستها می باشند. احتیاطات خونی در مواجهه با بیماریهای منتقل شونده از راه خون و احتیاطات تنفسی نیز در مواجهه با بیماریهای منتقل شونده از راه تنفس یا همان پاتوژنهای هوابرد اتخاذ می شوند.

در مورد کرونا علاوه بر احتیاطات تماسی و تنفسی مورد توجه هست و با توجه به ناشناخته بودن بیماری ممکن است سایر احتیاطات نیز اضافه شود.

6- سوالی در مورد مطالب پانل چهار برایم پیش امد، لطفا تعریفی از پارتیکل تنفسی ارائه دهید.

پاسخ: منظور از پارتیکلهای تنفسی همان ذرات معلق در هوا می باشد، یک پارتیکل ویروس در اصل یک ژنوم ویروسی ناهموار است که مجموعه از حداقل اجزای لازم برای انتشار عفونت ویروس را دارد. در مورد ممنوعیت استفاده از ماسک سوپاپ دار برای بیماران نیز به این علت بود که ذرات موجود در هوای بازدمی در محیط پراکنده نشود.

7- در رابطه با ماسکهای پارچه ای که برای افراد سالم توصیه شده عمر مفیدشان چقدر است و آیا می شود با آلودگی زدایی این ماسکها دوباره مورد استفاده قرار داد و اینکه در پانل اول بیان شده بود که از ماسکهای پارچه ای استفاده نشود ولی در پانل چهارم نوشته می شود استفاده کرد؟

پاسخ: ماسکهایی که با پارچه های موجود در خانه تهیه شده اند را می توان با استفاده از شوینده های خانگی با آب دمای 60 تا 90 درجه سانتیگراد آلودگی زدایی نمود. شواهدی مبنی بر طول عمر این ماسکها یافت نشد. در رابطه با سوال دوم به دلیل اینکه کرونا بیماری جدیدی می باشد و مرتباً یافته های جدیدی در مورد ماهیت ویروس کشف می شود دستورالعمل ها مرتباً در حال آپدیت شدن هستند، دستورالعملهای قبل از تاریخ 15 فروردین استفاده از ماسک برای افراد عادی را توصیه نمی نمودند ولی بعد از پیدا شدن یافته های جدید در مورد مدت ماندگاری ویروس در هوا توصیه های جدید اضافه شدند. ضمناً در پانل چهارم بیان شده که نقشی در حفاظت فردی ندارد. دقت کنید که استفاده از هر ماسکی بغیر از رسپیراتورها برای پیشگیری از آلودگی محیط توسط فرد است نه آلوده شدن فرد از محیط.

8- دانشجویانی که واحد عملی در بیمارستان دارند با توجه به بی علامت بودن بعضی از ناقلین بهتر است بین ماسک جراحی یا N95 از کدام ماسک استفاده کنند؟

پاسخ: ماسک های N95 برای محافظت فردی است و ماسکهای جراحی برای پیشگیری از آلودگی احتمالی محیط توسط فرد مناسب هستند.

9- در مورد پانل امروز لطفاً یک جمع بندی در مورد استفاده از ماسک برای عموم مردم انجام دهید. چون در مطالب قبل گفته شد که ماسکهای پارچه ای هیچ تاثیری در مقابل ویروس ندارند ولی

امروز گفتید که در محل هایی که فاصله رعایت نمی شود ماسک خانگی می تواند استفاده شود و اینکه گفته شد وقتی کسی در تماس با بیمار نیست از ماسک جراحی استفاده کند و در آخر گفتید ماسک جراحی تاثیر روی کرونا ندارد.

پاسخ: تناقض در مطالب نتیجه دستورالعمل های متفاوت سازمانهای مختلف نظیر WHO و CDC است. استفاده از ماسک برای عموم در حالیکه علائم تنفسی ندارند را توصیه نمی کند. برای افرادی که علائم تنفسی مثل سرفه و عطسه دارند توصیه به استفاده از ماسک جراحی می کند تا از پراکنده شدن ویروس ها در محیط پیشگیری شود در واقع انتقال بیماری بین انانها را کم کند. در دستورالعمل جدید CDC بیان شده است که در صورتی که فاصله 2 متر را نتوانستید رعایت کنید از ماسک پارچه ای استفاده کنید. در واقع هدف، پیشگیری از انتشار ذرات در محیط می باشد و از ابتلای خود فرد به بیماری پیشگیری نمی کند، به عبارت دیگر راه حلی برای محافظت سایر افراد است نه خود فرد.

10- با توجه به پائل های قبلی استفاده از رسپیراتورها باعث مشکلات ریوی می شود، چرا استفاده از این رسپیراتورها در زنان باردار در شاخص های عملکرد ریوی تاثیری ندارد؟
پاسخ: مطالبی که در خصوص زنان باردار مطرح شد یافته یک مطالعه پژوهشی است. در تفسیر نتایج باید متدولوژی و شرایطی که پژوهش در آن انجام شده است را مدنظر قرار داد. با این حال دستورالعملی در خصوص استفاده از رسپیراتور در زنان باردار ارائه نشده است.

11- با توجه به اینکه ماسک های پارچه ای نفوذپذیری 100 درصدی دارند، استفاده از این ماسکها در فاصله کمتر از 2 متری چه تاثیری بر سلامتی می تواند داشته باشد؟
پاسخ: همانطور که مطرح شد، استفاده از این ماسکها با هدف پیشگیری از انتشار ترشحات و ذرات تنفسی در محیط می باشد، در واقع ماسکهای پارچه ای فیلترینگ ویروس های موجود در هوا را انجام نمی دهد. تا از ابتلا فرد استفاده کننده از ماسک به بیماری پیشگیری کند. بنابراین این ماسکها از ابتلا سایر افراد تا حدی پیشگیری می کند، استفاده از ماسکهای پارچه ای به عنوان آخرین راه حل، مطرح شده است. در شرایطی که کمبود منابع وجود دارد تا ماسکهای استاندارد برای افرادی که در خط مقدم مبارزه با ویروس قرار دارند، ذخیره شود.

12- با طراحی چه آزمایشی می توان مفید بودن استفاده از ماسک جراحی برای افراد غیربیمار بررسی کرد؟ (متدولوژی)

پاسخ: اصولاً طبق شواهد، استفاده از ماسک جراحی برای افراد سالم و غیر مبتلا بجز افراد آسیب پذیر (مانند سالمندان، افراد دارای نقص سیستم ایمنی) توصیه نشده است. اما هنگام حضور در مکانهایی که رعایت فاصله اجتماعی امکانپذیر نباشد، در صورت دسترسی به ماسک جراحی می توانند استفاده کنند و در غیر اینصورت از ماسکهای خانگی که از پارچه های معمول خانگی و تمیز تهیه شوند می توان استفاده نمود. در مورد ماسکهای جراحی تست نفوذپذیری با استفاده از واترجت انجام می شود. افراد عادی برای اطمینان می توانند با برش ماسک، لایه های تشکیل دهنده ماسک را مشاهده کنند و از داروخانه های مجاز ماسک را تهیه کنند.

اگر منظور روش تحقیق است، می توانیم به عنوان مثال استفاده یا عدم استفاده از ماسک را در افراد سالم و بیمار مقایسه کنیم.

13- گفتید مکان عمومی برای خرید رعایت فاصله و ماسک پارچه ای تا حدودی مناسب است، اینکه گفته شده وسایل اعم از خوراکی و غیرخوراکی ضد عفونی شود و سپس استفاده شود تا چه حد باید رعایت گردد؟

پاسخ: در مکان هایی که رعایت فاصله اجتماعی ممکن نیست استفاده از هر نوع ماسکی که در دسترس است، همراه با سایر اقدامات مانند شستن دستها و گندزدایی وسایل شخصی و محیط اطراف با محلولهای گندزدا با درصدهای توصیه شده (مانند وایتکس رقیق شده و الکل 70 درصد) می تواند از آلوده شدن با ویروس پیشگیری کند. صرفا پوشاندن دهان و بینی کافی نمی باشد.

موفق باشید.