

孩子戴着 N95 口罩上体育课 急煞医生家长

孩子的心肺很稚嫩,选用口罩更要当心,来看看你选对了吗

本报记者 姜赟 通讯员 姚钰

杭州中小学都开学复课了,大家戴口罩上学,进校测体温,都很自觉。昨天,有家长向钱江晚报·小时新闻留言,孩子放学回来告诉他们,有同学们戴着 N95 口罩上学,甚至戴这类口罩跑步。这位家长表示担忧,这会不会就引起很多孩子心肺功能受损啊?

记者随后联系上了这位陈妈妈,她女儿在一所公办小学读六年级,前天回家后,女儿在嘀咕,自己戴着口罩上体育课,觉得有点闷,可有几个同学戴的还是 N95 口罩,他们难道不觉得气闷吗?当医生的陈妈妈一听就着急了,她说:“孩子的心肺很稚嫩,一旦心肺功能受损的话,是不可逆的。而且 N95 口罩完全不适合孩子戴,这类口罩只适合医生等特殊工种的人。”

心急的她立刻在家长群里提醒同学们,不要戴 N95 口罩,戴普通口罩就足够了。



孩子能戴 N95 口罩吗

戴口罩到底有没有标准?这位妈妈的担心有道理吗?

日前,中国产业用纺织品行业协会牵头起草制定的《民用卫生口罩》团体标准已经正式发布。口罩团体标准起草人之一、东华大学纺织学院教授靳向煜提醒家长,不要盲目热衷于选择 N95 口罩及医用外科口罩。

不少家长已经发现,孩子戴口罩时往往“张嘴呼吸”,还有的孩子戴着口罩呼吸困难。针对这一现象,靳向煜表示,佩戴口罩就好比是给自己的呼吸系统设置了一道“过滤屏障”,这道屏障既要阻隔颗粒物、飞沫等,又要保证呼吸顺畅。儿童肺部力量相对较弱,长时间佩戴的儿童口罩首先就是要求“通气舒适”。

在口罩团体标准中,明确规定了成人口罩的通气阻力必须小于等于 49 帕,儿童用口罩通气阻力必须小于等于 30 帕。靳向煜特别提醒家长不要盲目热衷于选择 N95 口罩及医用外科口罩,“这类口罩的通气阻力都在 300 帕左右,虽然防护性能高,却不利于透气,对于儿童日常防护而言并非最佳选择。”

但通气阻力小了,是否会影响口罩的防护性?据了解,团体标准中成人口罩和儿童口罩的防护标准“一视同仁”,同样严苛。标准规定儿童口罩对粉尘、飞沫、气溶胶等颗粒物的过滤效率不低于 90%,细菌过滤效率不低于 95%,能够满足普通消费者佩戴口罩后对细菌防护的需求。

此外,按照新标准,儿童口罩宜采用耳挂式口罩带,口罩带不应有自由端,不应有可拆卸小部件等,不应存在可触及的锐利尖端和锐利边缘。儿童用口罩原材料不应使用再生料。

孩子适合戴卡通图案口罩吗

不少家长在选购儿童口罩时很犯愁,普通的口罩小朋友不愿意戴,小朋友喜欢花花绿绿的或者有卡通图案的儿童口罩。但这样的口罩到底是否安全、防护效果是否会打折扣?

在《民用卫生口罩》团体标准中规定了口罩与皮肤直接接触织物不得染色,但此条要求不适用口罩外层,口罩外层是否染色及是否有各种图案由企业自行设计,标准不做要求。

“漂亮的口罩要慎买。”靳向煜说,儿童口罩染色用的颜料最好能达到“食品级标准”,反之用化工原料染色的口罩长时间佩戴反而会造成负面影响。

口罩尺寸如何选择

而关于大小尺寸的选择问题,《民用卫生口罩》团体标准对儿童口罩规格也有大号(L)、中号(M)、小号(S)之分,但是很多人还是“傻傻分不清楚”。

靳向煜提示,儿童口罩不适用于 36 个月及以下的婴幼儿。他建议,小号一般适用于 3-6 周岁儿童,儿童佩戴口罩会影响呼吸,所以年龄小的儿童佩戴口罩要慎重,家长一定要注意观察随时调整。中号适用于 6-9 周岁儿童,大号一般建议 10 周岁以上儿童佩戴。

靳向煜说,由于儿童生长发育存在个体化区别,因此按年龄段选择口罩仅作为参考,家长在选购中,给孩子试戴后选择符合脸型大小的口罩才是最佳方案。

多长时间更换一次

医务人员对口罩佩戴时间有严格规定,那么学生等在学校这类公共场合戴口罩,该多久换一个呢?

靳向煜说,每个人的呼吸量、讲话次数及运动量都不一样,一般情况下使用一次性口罩一天一换就足够了,“要选择合适尺码的口罩,保证口罩密闭性,戴口罩时要用双手紧压鼻梁两侧的金属条,使口罩上端紧贴鼻梁,向下拉伸口罩,不留褶皱。”



扫一扫
查看详细报道

医生提醒

不建议孩子戴着口罩做剧烈运动

北京大学基础医学院免疫学教授王月丹提醒:即便是大人在佩戴 N95 口罩时,一次时间也不能超过 4 个小时,如果长时间持续使用 N95 口罩,会造成肺部损伤,可能会引起肺气肿之类的问题。

四川大学华西医院感染管理部的专家宗志勇、王妍潼建议:不要给 7 岁以下的儿童戴 N95 口罩,因为呼吸阻力会太大,小朋友会有窒息风险。

广州中医药大学第一附属医院感染管理科主任何浩表示:N95 口罩能过滤掉 95% 的微小颗粒,这势必会影响它的透气性。戴久了会因缺氧、二氧化碳潴留酸中毒,而感到困倦、头晕、胸闷。不建议孩子戴着口罩做剧烈运动,可能会引起缺氧。如果孩子需要上体育课的话,建议在通风的户外进行,进行体育活动时可不戴口罩。