

استخدام الكمامات للوقاية من كوفيد-19: أنواع الكمامات وأقنعة التنفس

ARABE / ARABIC

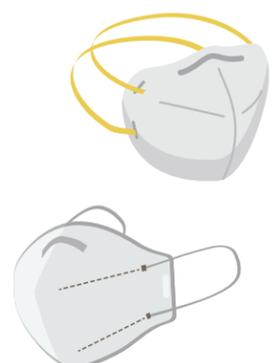
هذه النصيحة موجهة إلى عامة الجمهور وليس المقصود منها الاستخدامات لأغراض الصحة المهنية، بما فيها أماكن الرعاية الصحية.

يوضح الجدول أدناه المقارنة بين أنواع مختلفة من الكمامات وأقنعة التنفس. المرجو مراجعة الجدول لمساعدتك على اختيار الكمامة أو قناع التنفس الذي تفضله. من السهل العثور على بعض هذه المنتوجات لكن بعضها قد يصعب العثور عليها، كما أن أسعارها قد تختلف من منتج إلى آخر.

يمكن استخدام أقنعة التنفس، والكمامات الطبية، والكمامات غير الطبية في محيطك اليومي. وعندما تُفكر في نوع الكمامة التي سترتديها، فيجب عليك أن تختار الكمامة أو قناع التنفس ذو الجودة الرفيعة والموضوع بشكل جيد والمتوفرة لديك.

وعلى العموم، رغم أن الكمامات غير الطبية قد تساعدك على الوقاية من انتشار كوفيد-19، فإن الكمامات الطبية وأقنعة التنفس توفر حماية ووقاية أفضل. ومهما كان نوع الكمامة التي تختارها، فإن إمكانية وضعها بشكل جيد هو العامل الرئيسي في فعالية استخدام الكمامات.

لا تُستخدم الكمامات أو أقنعة التنفس ذات صمامات الزفير. فإنها تترك الجزيئات المعدية تتسرب خارج القناع. فهي لا تساعد على الوقاية من انتشار كوفيد-19.

أنواع الكمامات وأقنعة التنفس	مدى توفرها	الصنع	ملاءمتها للوجه	الاعتبارات والمعايير التنظيمية
أقنعة التنفس 	متوفرة في السوق التجارية. متوفرة في العديد من الأحجام، بما في ذلك الأحجام الصغيرة التي قد تناسب الأطفال.	قد تختلف المواد المصنوع منها هذه الأقنعة لكن ينبغي كلها أن تلتزم بمعايير التسرب المطلوبة في أقنعة التنفس. تصميمها يجعلها أفضل من الكمامات الطبية من حيث كيفية وضعها على الوجه. غير متوفرة بنافاذة شفافة. عادة ما تكون مخصصة للاستخدام الواحد، لكن يجوز إعادة استخدامها حتى يظهر عليها الوسخ أو تصبح مبللة أو ممزقة.	مصممة بشكل يجعلها توضع على الوجه بطريقة جيدة. يمكن تحسين وضع بعض أقنعة التنفس على الوجه وذلك بتعديل الرباط أو الحزام أو حلقة الأذن وكذلك الجزء الخاص بالأنف. لا يلزم إجراء اختبار أو تجربة على قناع التنفس لتقييمه إذا كان يتم ارتداؤه في الحياة اليومية العادية.	تأكد من أن قناع التنفس الذي لديك هو مُعتمد من قبل وزارة الصحة الكندية. أقنعة التنفس من نوع NIOSH N95 لديها رقم الموافقة مطبوع على القناع، على شكل TC-84A-####. منتجات 95PFE أو أقنعة CA-N95 المعتمدة من قبل CSA وأقنعة التنفس من نوع CA-N99 تحتوي على علامة طبقاً لمعيار CSA Z94.4.1. أقنعة التنفس من نوع KN95 التي تلي معيار GB 2626-2019. أقنعة التنفس من نوع KF94 التي تلي معيار KMOEL-2017-64. أقنعة التنفس من نوع FFP2 التي تلي معيار EN 149-2001.
كمامة طبية (كمامة إجرائية أو للجراحة) 	متوفرة في السوق التجارية. متوفرة في الأحجام الخاصة بالكبار وكذلك في الحجم الصغير الذي يناسب الأطفال.	قد تختلف المواد المصنوع منها هذه الأقنعة لكن ينبغي كلها أن تلتزم بمعايير التسرب. عادة ما تكون مخصصة للاستخدام الواحد، لكن يجوز إعادة استخدامها حتى يظهر عليها الوسخ أو تصبح مبللة أو ممزقة.	ملاءمتها للوجه قد تختلف حسب حجم الوجه وتقاسيمه. يمكن تحسين وضع هذه الكمامات على الوجه وذلك بتعديل الرباط أو الحزام أو حلقة الأذن وكذلك الجزء الخاص بالأنف.	قد تشبه بعض الكمامات غير الطبية الكمامات الطبية لكنها لا تلي المعايير التنظيمية. عليك أن تختار الكمامة الطبية التي تحمل رقم ASTM F2100 أو رقم EN 14683 على العبوة. وهذا يعني أن هذه الكمامة قد تم اختبارها وتلي المعايير الدولية الخاصة بما يلي: <ul style="list-style-type: none"> • تسرب الجزيئات والبكتيريا • سهولة التنفس • مقاومة السوائل • قدرة المادة على الاحتراق لا توجد في كندا معايير مُعترف بها بخصوص الكمامات الطبية الشفافة.
كمامة غير طبية (مع طبقة للترشيح كمثال) 	مصنوعة في المنزل أو متوفرة في السوق التجارية. متوفرة في أحجام وأقمشة متنوعة وعديدة.	يجب أن تكون مصنوعة على الأقل من طبقتين من قماش منسوج بدقة وقابل للتنفس مثل القطن. كما يجب أن تتوفر على طبقة ثالثة في الوسط بمثابة قماش ترشيح مثل بوليبروبيلين غير المنسوج لتحسين الترشيح. يمكن أن تحتوي على جيب لوضع المرشح القابل للإزالة. قد تكون متوفرة بناوفاذ شفافة. قد تكون متعددة الاستخدام أو للاستخدام الواحد. يمكن إعادة استخدامها إذا تم غسلها عندما تكون متسخة أو مبللة.	ملاءمتها للوجه قد تختلف حسب شكل الكمامة وتصميمها. يمكن تحسين وضع هذه الكمامات على الوجه وذلك بتعديل الرباط أو الحزام أو حلقة الأذن وكذلك الجزء الخاص بالأنف (إذا كان موجوداً).	لا توجد معايير أو مواصفات تنظيمية للأقنعة غير الطبية في كندا. بعض المعايير الدولية موجودة (مثل AFNOR في أوروبا و ASTM في الولايات المتحدة الأمريكية). لا تعتبر الكمامات غير الطبية من المعدات الطبية بموجب اللوائح التنظيمية الخاصة بالمعدات الطبية. تختلف فعالية الكمامات غير الطبية من حيث قدرتها على الوقاية من انتشار كوفيد-19 بشكل واسع ويتوقف ذلك على ما يلي: <ul style="list-style-type: none"> • المواد المستخدمة في صنع الكمامة غير الطبية • كيفية الصنع • ملاءمة الوجه • الكيفية المناسبة للاستخدام