

# Ношение маски – недооцененная «вакцина» от коронавируса



За последний месяц в большинстве стран мира количество случаев заражения коронавирусом изменялось по возрастающей траектории и достигло беспрецедентных цифр. Так, к 3 августа в мире зарегистрированы рекордные **18,2 млн.** инфицированных. Многие правительства были вынуждены пересмотреть свои подходы к сдерживанию распространения Covid-19, в т.ч. касательно ношения масок населением. Если в середине марта т.г. 70 стран мира только рекомендовали ношение масок, то к настоящему времени уже более 120 государств ввели обязательное выполнение данной меры. В этих условиях сумма продаж одноразовых масок увеличилась с **800 млн. долл. в 2019 г.** до **166 млрд. долл. в 2020 г.**

Для обеспечения ношения масок во многих странах предусмотрены различные меры наказания, включая штрафы. К примеру, за игнорирование этого требования в **Индии** взимается штраф в размере **66 долл., Марокко** – 120 долл., **Сингапуре** – **300 долл., Гонконге** – **645 долл., ОАЭ** – **800 долл., Германии** – **до 5,9 тыс.** долл. А в Катаре граждан без масок, помимо обложения штрафом до 55 тыс. долл., могут лишить свободы на срок до 3 лет.

Вместе с этим в информационном пространстве разгораются активные дискуссии по поводу целесообразности обязательного ношения масок. Критики указывают на то, что они препятствуют нормальному дыханию, вызывают чувство тревоги, иногда страха. В свою очередь, выступающие за введение обязательного ношения масок видят в этом вынужденную меру, способную сократить случаи заражения.

Данную точку зрения поддерживает и международное научное сообщество, которое значительно продвинулось в изучении эффективности различных методов противодействия распространению Covid-19.

По результатам исследования **немецких и датских** ученых, прикрытие рта и носа сокращает поток воздуха при разговоре, тем самым препятствует передаче инфекционных частиц. Согласно подсчётам учёных, обязательное ношение масок снижает ежедневный рост случаев заражения коронавирусом на 40%. В частности, исследователи обратили внимание на случай введения обязательного ношения масок в городке **Йена** (ФРГ), в результате чего в течение 20 дней динамика роста заболеваемости замедлилась на 23%. Более того, обнаружено, что данный метод чрезвычайно полезен и в защите групп риска. Так, после введения обязательного ношения масок в Йене, случаи заражения среди людей старше **60** лет сократились на **50%.**

Между тем, в докладе **Национальной научной целевой группы Covid-19 Швейцарии**, опубликованном в начале июля т.г., подчеркивается обязательность ношения масок, особенно в условиях невозможности сохранения физической дистанции. В документе приводятся данные о том, что ношение защитных масок снижает частоту передачи инфекции в общественных местах до 80%.

В данном контексте обращает на себя внимание и исследование американских ученых из **Университета Айовы В.Лю и Дж.Уэби**, демонстрирующее позитивное влияние ношения масок на разрыв цепочек распространения коронавируса. По мнению авторов документа, с учётом ослабления мер социального дистанцирования во всем мире и высокой вероятности второй волны Covid-19 осенью т.г. требование ношения масок для лица в общественных местах может помочь ограничить распространение инфекции. Исследователи изучили динамику случаев заражения населения Covid-19 в период с 8 апреля по 15 мая т.г. в **15 штатах США.** Было обнаружено, что после введения обязательного ношения масок темпы ежедневного роста Covid-19 снижались на

**0,9, 1,1, 1,4, 1,7 и 2,0%** в течение от **1-5, 6-10, 11-15, 16-20** и **21** и более дней соответственно. Благодаря данной мере было предотвращено от **230 до 450** тыс. случаев инфицирования. По признанию американских ученых, общественные нормы и государственная политика, поддерживающие ношение масок населением, прямо связаны с более низкой смертностью на душу населения по сравнению с другими государствами.

Эпидемиологические данные подтверждают, что **Сингапур, Южная Корея, Гонконг**, где было введено обязательное ношение масок, лучше других справились с распространением коронавируса и не стали прибегать к жёстким карантинным ограничениям.

Тем временем, **Лондонское королевское общество по развитию знаний о природе и Британская академия** в исследовании, опубликованном в конце июня т.г., фокусируются на «качественных» аспектах ношения масок, которые определяют степень их эффективности. Как утверждают британские специалисты, материал изготовления маски может значительно снизить риск инфицирования коронавирусом, а в случае заражения – тяжесть течения болезни. Маски, сделанные из высококачественного материала, как хлопок высшего сорта, или смеси таких материалов, а также многослойные варианты данного атрибута являются наиболее эффективными. Например, сочетание хлопка и шелка или фланели обеспечивает более **95%** фильтрации, что защитит других от заражения. При этом, как считают специалисты, для широкой общественности необязательно носить хирургические маски или респираторы. Особо подчеркивается, что в закрытых помещениях рекомендуется носить плотно прилегающие маски, так как в плохо проветриваемом помещении концентрация вируса может быть чрезвычайно высокой.

В целом международные специалисты отмечают следующие положительные стороны ношения масок в сдерживании распространения пандемии коронавируса:

*Во-первых*, маска удерживает микроскопические капли, которые выдыхает здоровый или больной человек, особенно в помещениях с плохой вентиляцией. Данное обстоятельство снижает риск передачи болезни через бессимптомных лиц, на которые, согласно оценкам, на сегодня приходится около половины всех инфицированных.

*Во-вторых*, гигиенические маски защищают тех, кто их носит. Согласно данным, опубликованным в июне т.г. в авторитетном британском медицинском журнале **«Lancet»**, маски снижают риск заражения своих носителей примерно на треть. Кроме того, по данным международных экспертов, до сих пор ни одно исследование не доказало негативных последствий ношения маски, которые ведут к игнорированию других гигиенических мер.

*В-третьих*, маска выполняет, с одной стороны, сигнальную функцию, оповещая население о необходимости придерживаться правил ограничения контактов. С другой – создает положительный психологический эффект защищенности от заражения и контроля над коронавирусом.

*В-четвертых*, дешевизна и высокая эффективность масок приносит огромный вклад в экономику государства. По подсчётам американских учёных, каждая дополнительная тканевая маска, которую носит человек, приведет в конечном итоге к экономии **3000-6000 долл.** на расходы здравоохранения.

Таким образом, все больше научных исследований подтверждают тот факт, что ношение масок является прагматичной и эффективной мерой против распространения Covid-19. Ношение маски – не мера принуждения, а необходимость, так как в сегодняшних условиях ответственность за свое здоровье, а также за здоровье родных и близких является долгом каждого. Чем больше людей в масках, тем меньше зараженных, что в итоге вернёт нас к нормальной жизнедеятельности.

**Баходир Эгамов, ведущий научный сотрудник  
Института стратегических и межрегиональных  
исследований при Президенте Республики Узбекистан**

*Источник*