

防尘口罩选购及佩戴小常识

自吸过滤式防颗粒物呼吸器，又称防尘口罩（以下简称口罩），是指靠佩戴者的呼吸力量克服部件的阻力，用于防止空气中的颗粒物吸入呼吸器官对人体造成伤害的一种净气过滤式呼吸防护器具。自吸过滤式防颗粒物呼吸器产品按照面罩结构分为随弃式面罩、可更换式半面罩和全面罩三类种，部分随弃式面罩在罩体上镶嵌呼气阀；按照过滤元件的过滤性能分为 KN 和 KP 两类，KN 适用于过滤非油性颗粒物，KP 适用于过滤油性和非油性颗粒物的过滤元件，过滤元件指过滤式呼吸防护用品使用的，可滤除吸入空气中有害物质的过滤材料或过滤组件。参见表 1 和表 2。

表 1 自吸过滤式防颗粒物呼吸器的分类

分类		实物照片示例	特点
半面罩 (能覆盖口和鼻，或覆盖口、鼻和下颌的与面部密合的面罩)	随弃式面罩		主要由滤料构成面罩主体的不可拆卸的半面罩，有或无呼气阀，这种防尘口罩一般不能清洗再用，任何部件失效时应立即废弃。
	可更换式半面罩		面罩和滤棉分开，这种防尘口罩的滤棉如果达到容尘饱和，可以更换滤棉，而面罩主体可以多次重复使用。

全面罩 (能覆盖口、鼻、眼睛和下颌的与面部密合的面罩)		质量较大，面罩和滤棉分开，滤棉一般可以进行更换。
------------------------------------	---	--------------------------

表 2 过滤元件级别

过滤元件分类	面罩类别		
	随弃式面罩	可更换式半面罩	全面罩
KN	KN90	KN90	
	KN95	KN95	KN95
	KN100	KN100	KN100
KP	KP90	KP90	
	KP95	KP95	KP95
	KP100	KP100	KP100

世界卫生组织和我国的医疗管理机构建议，在某些情况下，使用 NOISH 批准的 N95，欧洲 FFP2 或同等防护级别的呼吸器对可能接触到病毒的人员进行呼吸防护。N95 是美国国家职业安全健康研究所（NOISH）的认证产品，指对于非油性颗粒物的过滤效率不低于 95%，我国自吸过滤式防颗粒物呼吸器产品执行强制性国家标准 GB2626-2006《呼吸防护用品 自吸过滤式防颗粒物呼吸器》，与 N95 防护级别相当的为 KN95 级别。

目前市场上销售的自吸过滤式防颗粒物呼吸器产品种类繁多，品质良莠不齐，消费者很难通过外形辨别其防护功能。一些自吸过滤式防颗粒物呼吸器产品在实际使用中并不具备防护功能，从而对消费者健康造成伤害。在此，提醒在选购和使用自吸过滤式防颗粒物呼吸器产品时，除了关注商品的品牌、价格等因素外，也需要关注以下问题：

一、选购常识

①应到信誉好、证照齐全的正规商家购买。购买时不但要认准执行标准，还要仔细查看包装上的厂名、厂址、联系电话、生产日期、有效期限等。

②选购时，应选择正规生产企业的自吸过滤式防颗粒物呼吸器产品，并必要时可以查看检测报告，千万不能因为价格低廉就选择产品。

③在购买自吸过滤式防颗粒物呼吸器产品时，应注意产品包装完好，产品表面无破损、变形，部件如呼气阀等装配牢固，无脱落、损坏和变形等。

④应根据实际使用环境选择不同防护等级的自吸过滤式防颗粒物呼吸器。

⑤尽量选择与自己面部的贴合程度好的自吸过滤式防颗粒物呼吸器，确保自吸过滤式防颗粒物呼吸器能与面部充弥合。

⑥如果佩戴呼吸器是为了预防病毒或粉尘优先选择带有呼气阀的自吸过滤式防颗粒物呼吸器，相比较而言，带呼气阀的呼吸阻力较小，具有良好的舒适性，但如果怀疑自己感染或已经被某种病毒感染，因为呼气阀可能将佩戴者排出的飞沫或细菌排出，因此应选择无阀产品，否则起不到保护别人的目的。

二、使用常识

①随弃式面罩和可更换式半面罩使用的滤片到了产品说明书规定的使用时间，应立即更换，确保滤片的有效性。

②尽量选择与自己面部的贴合程度好的自吸过滤式防颗粒物呼吸器，确保自吸过滤式防颗粒物呼吸器能与面部充分弥合。检查密合性的方法如下：a. 对于检查无呼气阀自吸过滤式防颗粒物呼吸器时，先将双手完全盖住自吸过滤式防颗粒物呼吸器，然后快速呼气，应感觉口罩稍微隆起。若有空气从鼻夹处泄漏，应重新调整位置，调整鼻夹，改善与脸部的贴合程度；若有空气从自吸过滤式防颗粒物呼吸器四周泄漏，应调整头带的位置，如果调整后仍有泄漏，则不建议购买。b. 检查有呼气阀自吸过滤式防颗粒物呼吸器时，先将双手完全盖住自吸过滤式防颗粒物呼吸器，然后快速吸气，应感觉自吸过滤式防颗粒物呼吸器有少许塌陷。若有空气从鼻夹处泄漏，应重新调整位置，调整鼻夹，改善与脸部的贴合程度；若有空气从自吸过滤式防颗粒物呼吸器四周泄漏，应调整头带的位置，如果调整后仍有泄漏，则不建议购买。

③应按照产品使用说明书的要求正确佩戴自吸过滤式防颗粒物呼吸器，保持松紧适宜，在佩戴时不应出现明显的压迫或压痛现象，只有这样才能起到很好的防护作用。使用过后，按照使用说明要求做好维护保养工作。

④建议消费者购买包装完整、标识齐全、合格的自吸过滤式防颗粒物呼吸器产品。

三、需要了解的误区

1. 自吸过滤式防颗粒物呼吸器产品是否越厚过滤效率越好？

不是。自吸过滤式防颗粒物呼吸器产品的过滤效率通过外观无法

判断，很多产品又薄又轻，但其过滤效率却很高，而有些产品如某些纱布口罩很厚，但是其过滤效率却并不理想。

2. 随弃式自吸过滤式防颗粒物呼吸器产品能否清洗？

不能清洗或消毒后再用。因为清洗和消毒方法会导致过滤效率下降，或者造成罩体变形或损坏，或头带部件老化，进而影响整体的防护性能，所以不建议清洗。

3. 小孩和大人使用的口罩有区别吗？

有区别。小孩不建议使用成人口罩。为了确保防护性能，防护口罩必须和佩戴者的脸部良好密合。成人口罩并不是为了儿童使用和设计的，如果儿童的脸型较小或与口罩不匹配，可能因口罩与脸部无法充分弥合而导致污染物从口罩边缘泄漏，无法确保防护效果，所以建议使用儿童口罩。

4. 灭菌的防护口罩是否防护作用更大？

不是。灭菌口罩是指包装未拆封的新口罩上无细菌，在佩戴过程中口罩上就会沾染上细菌，灭菌口罩只能说明自身干净，不意味着防护性能得到了提高。

四、使用时应注意的问题

1. 使用前，应检查泄漏性。建议消费者刮净胡须，确保口罩能够与脸部密合，大胡子、短毛茬或长胡须，以及垫在口罩密封垫和脸部之间的任何东西，都会使口罩出现泄漏。

2. 使用过程中如明显感觉呼吸阻力增加时，建议更换。

3. 如果口罩鼻夹损坏、头带变松、口罩变形、口罩变得有异味或

者脏污，建议及时更换。

4. 由于儿童可能无法掌握口罩的正确佩戴和使用方法，有些儿童在感觉不适时无法自主停止使用，因此儿童在佩戴防护口罩时，需在家长帮助下，仔细阅读产品使用说明，正确佩戴和使用。

5. 在穿脱口罩前后清洗双手，若计划重复使用，需存放在清洁、干燥和远离任何可能污染的地方，对于接触了污染物质的这口罩，建议一次性使用。

国家劳动保护用品质量监督检验中心（北京）

2020 年 1 月 26 日