

## Prporočila za uporabo mask v času širjenja okužbe s SARS-CoV-2

Uporaba mask je eden izmed ukrepov, s katerim lahko prispevamo k obvladovanju širjenja koronavirusa SARS-CoV-2, a istočasno je pomembno tudi izvajanje drugih higienskih ukrepov, kot so vzdrževanje priporočene medosebne razdalje, higiena kašlja in kihanja, pravilno umivanje rok ter izogibanje dotikanju obraza in sluznic.

### SPLOŠNO PRIPOROČILO [1]

Uporaba **nemedicinske obrazne maske\*** je priporočljiva:

- za osebe **s simptomi ali znaki covid-19** (slabo počutje, prehladni znaki, kašelj, vročina, težko dihanje, glavobol, bolečine v mišicah, izguba vonja ali okusa, bolečine v žrelu),
- za osebe, ki **negujejo bolnika s sumom na covid-19 ali s potrjenim covid-19#**,
- za osebe, ki **negujejo izjemno ranljivo osebo za težji potek covid-19<sup>+</sup> in niso iz istega gospodinjstva**,
- za osebe, ki se **zadržujejo v zdravstveni ustanovi**,
- za osebe, ki uporabljajo **javni prevoz**,
- za osebe, ki se **zadržujejo v zaprtem prostoru**, v katerem se **zadržujejo ljudje iz različnih gospodinjstev in ni mogoče vzdrževati medosebne razdalje najmanj 1,5 metra**.

\* **Nemedicinske obrazne maske** vključujejo različne oblike doma izdelanih ali komercialnih mask in pokrival za obraz iz blaga, drugega tekstila ali drugih materialov. Te niso standardizirane in niso namenjene zdravstvenim ustanovam ali zdravstvenim delavcem [2].

# V tem primeru priporočamo uporabo zaščitne maske.

+ **Izjemno ranljive osebe za težji potek covid-19** so osebe s težkimi osnovnimi zdravstvenimi stanji, zaradi katerih je tveganje za težek potek covid-19 veliko:

1. osebe po presaditvi čvrstih organov,
2. bolniki s specifičnimi vrstami raka,
  - bolniki z rakom, ki prejemajo kemoterapijo,
  - bolniki s pljučnim rakom, ki prejemajo radikalno radioterapijo,
  - bolniki s krvnim rakom ali rakom kostnega mozga (kot je levkemija, limfom, mielom) ne glede na obdobje zdravljenja,
  - bolniki, ki prejemajo imunoterapijo ali drugo vrsto kontinuiranega zdravljenja s protitelesi (IG),
  - bolniki, ki prejemajo tarčna zdravila, ki lahko prizadenejo imunski sistem (npr. inhibitorji proteinskih kinaz ali PARP inhibitorji),
  - bolniki po presaditvi kostnega mozga v zadnjih 6 mesecih ali bolniki, ki še vedno prejemajo imunosupresivna zdravila,
3. bolniki v težki respiratorni stiski zaradi pljučne fibroze, težke astme ali težke KOPB,
4. bolniki z redkimi boleznimi in prirojenimi napakami metabolizma, ki pomembno povečajo tveganje za okužbo (npr. SCID, homozigotna srpasta anemija),
5. bolniki z imunosupresivno terapijo, ki pomembno poveča tveganje za okužbo,
6. nosečnice s težjo prirojeno ali pridobljeno srčno okvaro,
7. klinično izredno ranljivi bolniki (prepoznani na podlagi klinične presoje in ocene njihovih potreb) [3].

### UPORABA MASKE NA DELOVNEM MESTU

Priporočila za uporabo mask na delovnih mestih naj poda pooblaščen **zdravnik specialist medicine dela, prometa in športa (MDPŠ)**, ki natančno pozna tveganja na posameznih delovnih mestih.

### POMEN PRAVILNE UPORABE MASKE

Pomembno je, da masko **pravilno namestimo in odstranimo** ter upoštevamo **načelo nedotikanja maske med uporabo**. Nepravilna uporaba maske lahko predstavlja povečano tveganje za širjenje virusa. Pravilna namestitvev in odstranitvev maske je prikazana na naslednji povezavi:  
[https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/maske2\\_lektorirano.pdf](https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/maske2_lektorirano.pdf).

Priporočila za preprečevanje širjenja okužbe s covid-19 temeljijo na trenutnih spoznanjih glede virusa SARS-CoV-2 in izkušenj v Sloveniji glede na kapacitete obvladovanja bolezni covid-19. Priporočila se bodo glede na razvoj epidemiološke situacije v Sloveniji lahko spreminjala in dopolnjevala.

Viri

[1] WHO. Advice on the use of masks in the context of COVID-19. 5 June 2020. Dostopno na: [https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/332293/WHO-2019-nCov-IPC\\_Masks-2020.4-eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/332293/WHO-2019-nCov-IPC_Masks-2020.4-eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y).

[2] ECDC. Uporaba obraznih mask v skupnosti. 8 April 2020. Dostopno na: [https://www.ecdc.europa.eu/sites/default/files/documents/Use%20of%20face%20masks%20in%20the%20community\\_SL.pdf](https://www.ecdc.europa.eu/sites/default/files/documents/Use%20of%20face%20masks%20in%20the%20community_SL.pdf).

[3] Public Health England. Guidance on shielding and protecting people who are clinically extremely vulnerable from COVID-19. 18. August 2020. Dostopno na: <https://www.gov.uk/government/publications/guidance-on-shielding-and-protecting-extremely-vulnerable-persons-from-covid-19/guidance-on-shielding-and-protecting-extremely-vulnerable-persons-from-covid-19>.

## Priporočila za uporabo mask v času širjenja okužbe s SARS-CoV-2 za mladoletne osebe

### UPORABA NEMEDICINSKIH OBRAZNIH MASK\* PRI MLADOLETNIH OSEBAH [1, 2]

- Uporabe mask pri otrocih **do vključno 5. leta** ne priporočamo zaradi nevarnosti zadušitve in manjše zmožnosti pravilne uporabe.
- Za otroke **od 6. do vključno 11. leta** priporočamo prilagoditev uporabe mask glede na epidemiološko situacijo v državi.
- Za mladostnike **od 12. leta naprej** priporočamo uporabo mask skladno s priporočili na prejšnji strani.

### UPORABA NEMEDICINSKIH OBRAZNIH MASK V ŠOLSTVU (skladno z navodili za šolstvo [3])

- Osnovna šola (OŠ). Učenci v učilnicah ne uporabljajo mask znotraj matičnega oddelka. V skupnih prostorih se uporaba mask za 1. in 2. triado prilagodi glede na epidemiološko situacijo v državi, za 3. triado uporabo mask priporočamo.
- Srednja šola (SŠ). Dijaki v učilnicah ne uporabljajo mask znotraj matičnega oddelka, razen izjem. V skupnih prostorih uporabo maske priporočamo.

\* **Nemedicinske obrazne maske** vključujejo različne oblike doma izdelanih ali komercialnih mask in pokrival za obraz iz blaga, drugega tekstila ali drugih materialov. Te niso standardizirane in niso namenjene zdravstvenim ustanovam ali zdravstvenim delavcem [4].

### Epidemiološko situacijo v državi

se ocenjuje s povprečnim dnevnim številom potrjenih primerov lokalnega prenosa v zadnjih sedmih (7) dneh v državi. Navedeno oceno objavlja Nacionalni inštitut za javno zdravje (NIJZ) na svoji spletni strani ob petkih in velja za prihajajoči teden (ponedeljek–nedelja). NIJZ pripravi oceno na podlagi podatkov za iztekajoči se teden (četrtek–sreda).

### Priporočila za uporabo nemedicinskih obraznih mask po posameznih starostnih skupinah glede na epidemiološko situacijo v državi:

Povprečno dnevno število potrjenih primerov lokalnega prenosa v zadnjih sedmih (7) dneh v državi	Priporočilo		
	do vključno 5. leta	od 6. do vključno 11. leta (v šolstvu velja za 1. in 2. triado OŠ)	od 12. leta naprej (v šolstvu velja za 3. triado OŠ in SŠ)
≤ 20	Ne priporočamo.	Uporaba mask v skupnih prostorih v osnovnih šolah ni potrebna. Priporočamo uporabo mask pri uporabi <b>javnega prometa in v zdravstvenih ustanovah.</b>	Priporočamo uporabo mask v skupnih prostorih v šolah. Priporočamo uporabo mask skladno s priporočili na prejšnji strani.
> 20		Priporočamo uporabo mask v skupnih prostorih v osnovnih šolah. Priporočamo uporabo mask skladno s priporočili na prejšnji strani.	

Pri uporabi mask je treba upoštevati **pravilno namestitve in odstranitev maske** ter upoštevati **načelo nedotikanja maske med uporabo**:  
[https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/maske2\\_ lektorirano.pdf](https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/maske2_ lektorirano.pdf).

Priporočila za preprečevanje širjenja okužbe s covid-19 za mladoletne osebe temeljijo na trenutnih spoznanjih glede virusa SARS-CoV-2 in izkušenj v Sloveniji glede na kapacitete obvladovanja bolezni covid-19. Priporočila se bodo glede na razvoj epidemiološke situacije v Sloveniji lahko spreminjala in dopolnjevala.

Viri

- [1] WHO. Advice on the use of masks for children in the community in the context of COVID-19. 21 August 2020. Dostopno na: [https://www.who.int/publications/i/item/WHO-2019-nCoV-IPC\\_Masks-Children-2020.1](https://www.who.int/publications/i/item/WHO-2019-nCoV-IPC_Masks-Children-2020.1).
- [2] ECDC. COVID-19 in children and the role of school settings in COVID-19 transmission. 6 August 2020. Dostopno na: <https://www.ecdc.europa.eu/sites/default/files/documents/COVID-19-schools-transmission-August%202020.pdf>.
- [3] Kustec S, Logaj V, Krek M, Flogie A, Truden Dobrin P, Ivanuš Grmek M. Vzgoja in izobraževanje v Republiki Sloveniji v razmerah, povezanih s covid-19. Ljubljana, 2020. Dostopno na: [https://www.zrss.si/digitalnaknjiznica/Covid\\_19/](https://www.zrss.si/digitalnaknjiznica/Covid_19/).
- [4] ECDC. Uporaba obraznih mask v skupnosti. 8 April 2020. Dostopno na: [https://www.ecdc.europa.eu/sites/default/files/documents/Use%20of%20face%20masks%20in%20the%20community\\_SL.pdf](https://www.ecdc.europa.eu/sites/default/files/documents/Use%20of%20face%20masks%20in%20the%20community_SL.pdf).