

## 一、口罩分類及用途：

1. 一般口罩或紗布口罩：僅能過濾較大之顆粒，僅適平時清潔工作時使用。
2. 外科口罩：可阻擋90%以上5微米顆粒，應每天更換，但破損或髒汙應立即更換，適用有感冒發燒咳嗽等有呼吸道症狀時、前往醫院電影院等不通風之場所時使用
3. 活性碳口罩：可吸附有機氣體及毒性粉塵，不具殺菌功能，需費力呼吸或無法吸附異味時應立即更換，適用於噴漆作業或噴灑農藥時。
4. N95口罩：可阻擋95%以上次微米顆粒，呼吸阻抗較高，不適合一般民眾常時間佩帶，且應避免重複使用。

## 二、為什麼戴口罩可以預防傳染病？

### (一)避免把病毒或細菌傳染給別人。

1. 咳嗽及打噴嚏時易散佈病原
2. 戴口罩可減少飛沫散佈

### (二)避免自己被病毒或細菌感染。

1. 口罩具有過濾灰塵及飛沫等微粒功能
2. 不同口罩過濾效率不一，用途也不相同

### (三)口罩主要預防靠空氣或飛沫傳染的疾病。

1. 口罩不是預防疾病傳染的萬靈丹
2. 預防疾病最重要的是注意個人衛生

## 三、為什麼生病的人應該戴口罩？

- 1、避免自己的飛沫感染別人——一般飛沫在剛剛離開口、鼻腔時，大部分可被口罩濾材攔阻。

2、生病時抵抗力較弱—要避免感染其他病原。

3、有發燒、咳嗽或打噴嚏的人應戴口罩，這是保護別人健康的好習慣。

#### 四、什麼時候該戴口罩？

1、醫護人員—與病患接觸時。

2、民眾—自己咳嗽打噴嚏時，或探病時。

3、一般情況下，健康的民眾則無需配戴口罩。

#### 五、口罩種類及用法

	功能	使用時機
N95口罩	可阻擋95%以上的次微米顆粒。但呼吸阻抗較高，不適一般人長期配戴。	醫護等專業人員使用
外科口罩	可阻擋90%以上的5微米顆粒，須每天更換，破損或弄髒也要立刻更換。	1. 有呼吸道症狀時。 2. 前往醫院、電影院等密閉、不通風場所。 3. 前往新流感病毒流行區時。 4. 實驗室人員及禽畜場工作人員。
活性炭口罩	可呼附有機氣體、惡臭分子及毒性粉塵。須費力呼吸、無法呼附異味時就要更換。	1. 騎機車時。 2. 噴漆作業時。 3. 噴灑農藥時。
棉布口罩或紗布口罩	只過濾較大顆粒。清洗後可重複使用。	1. 平時清掃工作時。 2. 買不到外科口罩時。
一般紙口罩	可阻擋70%以上的5微米顆粒。應天天更換，破損或弄髒也要立刻更換。	

NIOSH（美國職業安全衛生研究所）將濾材區分為下列三種：

1. N系列：N代表Not resistant to oil，可用來防護非油性懸浮微粒。

2. R系列：R代表Resistant to oil，可用來防護非油性及含油性懸浮微粒。

3. P系列：P代表oil Proof，可用來防護非油性及含油性懸浮微粒。

「濾材最低過濾效率」，又分為下列三種等級：

1. 95等級：表示最低過濾效率 $\geq 95\%$ 。

2. 99等級：表示最低過濾效率 $\geq 99\%$ 。

3. 100等級：表示最低過濾效率 $\geq 99.97\%$ 。

所以，N95、R95、P95以及濾菌功能更高的N99、R99、P99，甚至N100、R100及P100等型口罩，都能有效過濾懸浮微粒或病菌。

此外，通過歐盟標準的FFP1、FFP2及FFP3工業用口罩也都能有效濾除微粒或病

菌。