



拋棄式結核病呼吸防護口罩(N95) 使用注意事項

一、正確配戴方法：依下列步驟，可完成正確的口罩配戴。

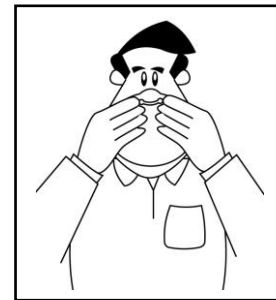
- (一)戴上口罩，含金屬片的部分朝上，與鼻子緊貼(圖一)。
- (二)將上端鬆緊帶拉上，置於頭部後方；再將下方鬆緊帶拉至頸後，置於頸背(圖二)。
- (三)以手指尖將頂端金屬片部分向內按壓，調整鼻樑與金屬片的密合度(圖三)。
- (四)將兩手掌呈杯狀覆蓋在口罩上並用力吐氣，口罩會隨呼與吸的動作而往外與往內收縮，感覺沒有空氣沿著邊緣漏出，即表示口罩與臉部已確實密合。



(圖一)



(圖二)



(圖三)

二、配戴時建議進行下列動作測試密合度，若執行過程無漏氣情形，即表示密合良好；測試步驟如下：

- (一)正常呼吸。
- (二)深呼吸。
- (三)頭部一側轉到另一側。
- (四)頭部上抬與低頭。
- (五)大聲說話。
- (六)做一些臉部的表情，如：打哈欠。
- (七)向前彎腰。
- (八)正常深呼吸。



三、N95 口罩使用時機

依疾管局之要求，醫院在行政管理措施上規定：凡開放性結核病病人在接受治療之二週內應限制在隔離房間內活動。離開病室做檢查時，請佩戴外科手術口罩。家屬或工作人員進入隔離房須配戴 N95 口罩，以避免受到傳染。

四、更換時機

連續使用結核病呼吸防護口罩 8 小時(含)以上，或者有發熱、呼吸困難、口罩有異味、潮濕或變形，就必須更換口罩。

參考資料

- 陳春萬、張家豪、楊淑晶、黃盛修(2008)·拋棄式口罩密合度測試落實方案探討·*勞工安全衛生研究季刊*，16(3)，304-314。
- 感染控制雜誌編輯部(2006)·N95 口罩對空氣中的病毒有 95%的防護作用嗎？外科口罩的防護能力又如何？·*感染控制雜誌*，16(5)，308-309。
- 感染控制雜誌編輯部(2010)·在急性流感的病人，配帶外科口罩和 N95 口罩對過濾流感病毒效果的定量性評估·*感染控制雜誌*，20(1)，61-63。
- 疾病管制局(2011)·針對急性呼吸道疾病/疑似或確定 H5N1 流感病人，照護工作人員之防護措施·取自 <http://www.cdc.gov.tw/public/data/211011493471.pdf>