

“儿童一次性3D医用口罩”“医用一次性儿童口罩”“儿童卫生口罩”“一次性使用医用口罩”“一次性使用护理口罩”……眼下,口罩成为出门必需品,商家在儿童口罩的颜色和样式设计上更注重儿童心理,比起常见的医用口罩,儿童印花染色口罩颜值更高,花色繁多,可选择性更强,成为不少网友眼中的“时尚单品”。

然而,这些口罩具有防疫功能吗?印花染色口罩应该怎么选?儿童口罩选购时应注意什么?多大的儿童出门需要佩戴口罩?



# 儿童口罩您选对了吗?

●郑丽萍 徐晓光 文/图

## 家长选择儿童口罩犯难

小熊猫、萝卜兔、星黛露……每到上下学时段,总能看到戴着印有各式各样卡通图案口罩的孩子们走在大街小巷中。“我喜欢彩色有卡通人物的儿童口罩,因为戴着很好看呀。”上小学一年级的安安同学说,同学们的口罩图案多样,有时大家还会将可爱的口罩作为礼物互相赠送。

“儿童口罩有的太紧,孩子喘不过气,有的无法贴合,跑风漏气。”市民郑女士经常在网上给6岁的儿子买口罩,她觉得自己虽然买的数量不少,购买的经验也挺丰富,但对儿童口罩怎么选,什么样的口罩才符合标准,确实没有太关注。

在很多公共场合,记者发现也有不少家长用成人口罩“改造”成儿童口罩,有的家长将成人口罩耳带处打结,有的家长在口罩上剪两个洞,露出孩子的眼睛。“没有为孩子买专门的口罩,出门的时候临时‘改装’应付一下。”在一辆公交车上,市民李女士带着两岁多的女儿出门,上车后孩子就将口罩扯下来当玩具。

在东新四路的一家大药房,货架上的一次性医用口罩儿童型摆放在显眼位置,一盒儿童口罩售价大概十几元至五十多元。“之前孩子用的都是成人口罩,今天来药店看到有儿童口罩,打算买一些给孩子用。”市民刘先生拿起儿童口罩,仔细阅读包装上的说明文字,“以前没买过儿童口罩,对口罩这些医疗用品不太了解,不知道好不好用。现在主要考虑的是安全性好不好,孩子现在还在上小学,舒适透气性也是选择时要考虑的。”

“儿童口罩和成人口罩有什么区别,还真不太了解。我会买一些孩子喜欢的印花图案口罩,这样孩子更愿意带。”正在给孩子选购口罩的市民杨女士说,“原来也在网上购买过儿童口罩,上面有各色图案,可是印上花花绿绿的图案总觉得不太可靠,担心不是正规厂家生产的医用口罩,所以还是选择到药店购买。”

记者走访我市多家药店,发现大部分药店都有售卖儿童口罩。此外,记者在电商平台上搜索“儿童口罩”,夏季小孩专用、可爱卡通儿童口罩、婴儿一次性医用口罩……琳琅满目的儿童口罩,着实让人眼花缭乱,这也给选购的家长带来了选择困难。

“我一般挑选销量多、评价好的。”家住玫瑰社区的钟女士说,目前孩子戴的是3D立体儿童防尘一次性口罩,售价为17.8元10个,“我们没有专门研究过,真不知道该如何判定口罩材质、过滤能力的好坏,只能询问孩子佩戴时的感受:闷不闷、勒不勒?孩子觉得舒适就行。”

## 儿童口罩有标可依

“大多数消费者对选购儿童口罩还是比较迷茫的。”在东新四路的一家药房里,一名销售人员告诉记者,很多家长在购买儿童口罩时,更多是依孩子的喜好购买,只有部分家长会咨询口罩的安全性、舒适性和透气性。

那么,面对种类繁多儿童口罩,家长们到底该如何选购呢?

2020年5月,国家市场监督管理总局正式发布《儿童口罩技术规范》(国家标准GB/T38880-2020)。标准规定了适用于6岁至14岁儿童口罩的外观和质量,根据儿童生理发育特征,对口罩的防护性能以及呼吸阻力等舒适性提出了明确要求。这为规范儿童口罩质量,方便家长给孩子正确选择口罩提供了保障。

《儿童口罩技术规范》推荐性国家标准将儿童口罩分为儿童防护口罩和儿童卫生口罩,并提出了19项主要性能指标。在防护性能方面,标准要求儿童防护口罩的颗粒物过滤效率不低于95%,防护效果不低于90%;儿童卫生口罩的颗粒物过滤效率不低于90%,细菌过滤效率不低于95%。在舒适性方面,考虑儿童生理发育阶段的呼吸特征,标准要求儿童防护口罩的呼气阻力和吸气阻力均不高于45帕;儿童卫生口罩的通气阻力不高于30帕。在口罩佩戴的舒

适性方面,标准推荐采用可调节式口罩带。

儿童口罩有了“国家标准”,还需家长与老师引导孩子正确佩戴口罩。比如,儿童应在成年人看护下佩戴口罩,看护人应注意观察并教育儿童正确佩戴口罩。儿童佩戴口罩时不应拆卸呼吸阀及其内部件。同时,口罩应及时更换,已使用的口罩不能互相交换等,也是家长需要留意的。

另外,市消费者协会相关工作人员表示,家长在选择口罩时,首先应根据使用的环境,比如前往高风险地区,可选择儿童技术口罩规范当中的防护性口罩,这类口罩有对面部贴合程度的要求,因此防护效果更好。前往一些低风险地区,可选择儿童技术口罩规范当中的卫生类口罩,这类口罩透气性好,戴起来更舒服一些。

同时需提醒消费者,一些家长会给孩子戴大人口罩,这种做法是不对的。无论小孩佩戴的口罩是成人版的,还是经过改装的,对小孩来说都是“非标准”的。原因主要是:一方面,“成人版”或“改装版”儿童口罩,儿童佩戴时都会出现密封性差、防护效果不理想等情况;另一方面,“成人版”或“改装版”儿童口罩,因口罩的各项性能指标“过高”“超标”,儿童佩戴时难免存在一定安全风险。

## 满1周岁以上儿童建议佩戴口罩

记者走访大型超市、公园、广场等公共场所,发现一些儿童在人流密集的场合未佩戴口罩,不少家长对儿童该不该佩戴口罩、如何正确佩戴口罩等也存在诸多疑惑。

“到底几岁以上的儿童可以开始佩戴口罩?儿童应该如何正确佩戴口罩、需要注意什么?”走访中,不少家长心中都有疑惑。为此,记者采访了三明市第二人民医院(三明市永安总医院)儿科副主任、副主任医师张光林,请他为各位家长释疑。

“在密闭空间、人员密集的场所,满1周岁以上的儿童都建议佩戴口罩。”张光林表示,儿童佩戴和摘取口罩的方式和成人一样,家长同时也要随时关注儿童口罩佩戴情况,如果儿童出现呼吸不畅、过敏等

情况,应及时调整或停止佩戴口罩,并及时就医处理。同时,家长还要提醒孩子,不能和别的小朋友、小朋友互相交换戴过的口罩,以免交叉感染一些疾病。

还需要注意的是,由于儿童的脸型较小,家长需要为他们挑选大小合适、贴合面部和口腔的儿童口罩,并且建议每4个小时更换一次口罩,且口罩内外不能交替使用。如果孩子打喷嚏时,不小心沾到了口罩上,或是口罩被弄脏、弄湿的情况下,也应及时更换。

另外,家长带孩子外出时,还是尽量少去人员密集的公共场所和密闭空间,在外也应与他人保持至少1米的社交距离。去公共场所或触摸公共设施后,要注意勤洗手,避免用不洁净的手触碰眼睛、鼻子、嘴巴。

# 加强常态化疫情防控

## 健康同行

## “三招”治好自己的关节炎

10多年前,我患有关节炎。以往每当天气晴转雨或久雨转晴时,我的关节炎老毛病就犯了,全身关节都会酸痛,无休无止,真是痛苦难言,甚至连抬腿、举手、转头这些简单动作都感到困难。

我上医院找医生开了些治关节炎的药,服用后有所缓解,但不能根治。于是,我在生活实践中摸索出“三招”,即:关节保暖防寒,适量运动健身,适饮酒舒筋脉。终于治好了我的关节炎。在此,我就说一说“三招”的具体做法,与老年朋友一起分享。

**关节保暖防寒。**每当天气变冷时,及时添加衣服、裤子、戴帽、围巾、穿保暖鞋。晚上睡前用热水泡脚。如遇寒流时,对酸痛的关节,使用热水袋热敷30-60分钟,让关节得到保暖防寒。

**适量运动健身。**坚持运动是治愈一切疾病的良药,我每天

早上起床拍打全身关节30分钟,然后按摩足三里、涌泉穴、内关穴、天门穴、风池穴等穴位30分钟。每天上午出外跳健身舞1小时,晚饭后出外健步走1小时,坚持户外有氧运动,舒筋活络,促进血液循环,强身健体,又提高自身免疫力。

**适饮酒舒筋脉。**经常饮用驱风除湿的木瓜酒,或饮用软化血管的葡萄酒,不过量,每天2两至3两,不饮高度的烈酒,有利于热身,促进血液循环,驱风祛湿。得了关节炎并不可怕,应保持乐观的情绪,才能促进身心健康。

由于坚持“三招”,如今,我的关节炎已经治愈,腰酸背痛的症状消失了,全身各关节不再疼痛了,而且不再复发。目前,我走路步伐稳健,上楼梯腿力有劲,精神也更饱满了,这就是坚持“三招”治好关节炎,给我带来的康寿生活。(黄其魁)

## 献血之星——陈皓



工作办公室还给她送去了感谢状。2018年,陈皓获得国家卫健委、中国红十字总会和中央军委后勤保障部卫生局联合颁发的“2016-2017年全国无偿献血奉献奖金奖”并参加福建省表彰大会,让她更加坚定要将无偿献血志愿服务活动进行到底。

(三明血站 供稿)

三明学院教师陈皓自1996年6月第一次参加无偿献血开始,到2022年4月,先后38次参加献血活动,其中捐献全血16次,单采血小板22次,折合全血14000毫升。

“无偿献血,拯救他人生命,志愿将自己的血液无私奉献给社会公益事业。”这个理念一直根植在她的心中。刚开始,她的家人不理解、不赞成,她仍然坚持。现在,除了她自己加入到单采血小板队伍外,她的丈夫也主动加入到捐献全血行列,让她深感所做事情更加有意义。

2020年初,我国突发新冠疫情,多地实施严格管控措施,让她意识到血小板的需求可能十分紧缺。因此,当年2月、3月、4月和8月,她多次主动到血站捐献血小板。后来,三明市献血

## 为了脑卒中患者的康复

●本报宁化记者站 赖金平 通讯员 陈贵宾 文图

## 巩固国家卫生城 争做文明三明人

“我母亲今年82岁,前天突发脑梗,经过医生救治,现在基本上能正常活动了。”4月25日,宁化县总医院神经内科病房里,吴阿姨的儿子感激地说,住院部当天床位紧张,多亏了陈学群主任协调解决。

良好的医德是医务工作者之魂。宁化县总医院神经内科主任陈学群是一名党员,也是一名劳模,他处处从患者角度出发。为了患者及时就诊,他简化不必要的手续和流程,尽最大可能为患者节省时间。“对于脑卒中患者来说,发病后的每一分钟都在与死神赛跑。抢救越及时,患者大脑损伤就越小,疗效就越好。”陈学群解释道,对于急性脑梗塞,只有让患者在时间窗之内得到溶栓治疗并恢复血流,才能确保他们恢复得更好。

急患者之所急,想患者之所想。陈学群每周坐诊两天,每天门诊量近百人。他还定期进翠江社区,为群众诊疗。不管工作多忙,他每天都会详细查看每一名住院病人,掌握病人的病情变化。遇上远道而来的患者,他会主动与相关科室沟通联系,及时安排救治。

引进新技术,开展新疗法。2003年,陈学群率先开展颅内血肿微创清除术,目前已成功抢救危重患者400多名。2008年,他组建重症医学科(ICU),先后引进纤维支气管镜检查和治疗、连续肾脏替代(CRRT)技术、临时心脏起搏器、经皮胃造瘘术、空肠管置入术等先进技术,进一步提高了医院危重病人的救治能力。2017年,他积极推进开展静脉溶栓治疗急性缺血性脑卒中,使患者减少残疾,提高生活质量。

陈学群刻苦好学,业务能力。2007年,他荣获“三明市首届临床医师技能竞赛”内科专业二等奖。2019年,他荣获三明市劳动模范称号。他撰写的《微创颅内血肿清除术治疗高血压基底节出血与内科治疗疗效对比分析》《微创颅内血肿清除术治疗高血压基底节出血56例疗效分析》等学术论文在国家级刊物发表。

每逢节假日,亲朋团聚,酒宴不断,都可能诱发心脑血管疾病,甚至引发脑卒中。“高血压、糖尿病和高血脂症患者,要避免情绪激动,适度锻炼,不熬夜或过度疲劳,应坚持按时服药、定期门诊检查。”陈学群提醒说,如遇突发麻木、眩晕、口角歪斜、言语困难、一侧肢体无力等症时,要尽快上医院进行救治。

陈学群充分发挥“传帮带”的作用,助力青年医生成长。自2017年开展卒中中心建设以来,他带领科室医护人员对卒中患者进行规范化诊治,积极开展卒中知识培训,奔赴乡镇和社区对基层医师进行卒中知识宣讲。2021年6月,宁化县总医院卒中中心通过省级验收。



陈学群在检查住院病人病情