

Η χρήση μάσκας μειώνει τα κρούσματα COVID-19 κατά 53%

Μια νέα έρευνα, που πραγματοποιήθηκε από διεθνή ομάδα επιστημόνων από Κίνα, Αυστραλία και Ηνωμένο Βασίλειο, αξιολόγησε συγκριτικά δεδομένα από μελέτες προφύλαξης έναντι της COVID-19. Τα αποτελέσματά της δημοσιεύτηκαν πρόσφατα στο έγκριτο διεθνές επιστημονικό περιοδικό British Medical Journal (BMJ).

Οι Ιατροί της Θεραπευτικής Κλινικής της Ιατρικής Σχολής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών, **Σταυρούλα Πάσχου** (Επίκουρη Καθηγήτρια Ενδοκρινολογίας), **Θεοδώρα Ψαλτοπούλου** (Καθηγήτρια Θεραπευτικής-Προληπτικής Ιατρικής) και **Θάνος Δημόπουλος** (Καθηγητής Θεραπευτικής-Αιματολογίας-Ογκολογίας και Πρύτανης ΕΚΠΑ) συνοψίζουν τα αποτελέσματα της έρευνας αυτής.

Συγκεκριμένα, συμπεριλήφθηκαν 72 συνολικά μελέτες. Οι περισσότερες επικεντρώθηκαν στα εξής μέτρα: 1) χρήση μάσκας, 2) τήρηση φυσικών αποστάσεων και 3) πλύσιμο χεριών. Βρέθηκε ότι χρήση μάσκας μπορεί να μειώνει τα νέα κρούσματα COVID-19 ως και 53%. Επιπρόσθετα, ελαττώνει τη μετάδοση του κορωνοϊού, τη σοβαρή νόσηση και τους θανάτους από COVID-19. Ενδιαφέρον έχει ότι μεγαλύτερες μειώσεις παρατηρήθηκαν κυρίως σε μελέτες που η χρήση μάσκας ήταν υποχρεωτική, αλλά και όταν οι επιστήμονες είχαν ενημερώσει τον κόσμο συστηματικά για την αξία χρήσης της.

Μεταξύ των μελετών που εξέτασαν τα αποτελέσματα τήρησης φυσικής απόστασης, οι ερευνητές παρατήρησαν μείωση της λοίμωξης κατά 25%, ενώ σε κάποιες ανευρέθηκε και μείωση της θνησιμότητας από COVID-19. Οι παρεμβάσεις που αφορούσαν πλύσιμο των χεριών οδήγησαν επίσης σε σημαντική μείωση των περιπτώσεων COVID-19 (ως και 53%), αν και ο αριθμός των σχετικών μελετών είναι μικρός και η μεθοδολογία παρατήρησης αυτού του μέτρου εμπεριέχει πιθανά σφάλματα. Σε κάθε περίπτωση, το συχνό πλύσιμο το χεριών είναι βασική αρχή της ανθρώπινης υγιεινής γενικότερα.

Μεμονωμένες μελέτες που συμπεριλήφθηκαν στην έρευνα κατέδειξαν μειώσεις που σχετίζονται και με άλλα μέτρα δημόσιας υγείας, όπως καραντίνα, κλείσιμο συνόρων, κλείσιμο σχολείων, κλείσιμο επιχειρήσεων και ταξιδιωτικούς περιορισμούς. Ωστόσο, η ερευνητική ομάδα δεν μπόρεσε να καταλήξει ποσοτικά στη συνολική αποτελεσματικότητα των μέτρων αυτών, λόγω διαφορετικών τρόπων διεξαγωγής των επιμέρους μελετών.

Συμπερασματικά, η έρευνα αυτή απέδειξε ότι ο περαιτέρω έλεγχος της πανδημίας COVID-19 εξαρτάται όχι μόνο από την υψηλή εμβολιαστική κάλυψη του πληθυσμού, που είναι ασφαλώς απαραίτητη, αλλά και από τη συνεχή

**τήρηση αποτελεσματικών και βιώσιμων μέτρων δημόσιας υγείας.
Σημαντικότερα φαίνεται να είναι η χρήση μάσκας και η τήρηση αποστάσεων.**

Το τελευταίο είναι σε συμφωνία με μια άλλη πρόσφατη μελέτη από το Πανεπιστήμιο της Σεούλ της Νότιας Κορέας και του Πανεπιστημίου του Χονγκ Κονγκ, που έδειξε ότι στις ώρες αιχμής των μέσων μαζικής μεταφοράς ο αριθμός των ατόμων που εκτέθηκαν στον κορωνοϊό μειώθηκε κατά 64,4% με την τήρηση αποστάσεων χωρίς μάσκα, κατά 93,5% με την υποχρεωτική χρήση μάσκας χωρίς αποστάσεις και κατά 98,1% με υποχρεωτική χρήση μάσκας και τήρηση αποστάσεων.

..