

新冠病毒觀察--- 戴口罩有沒有用(19)

以下是 2020-03-31 14:01聯合新聞網 / 綜合報導

新冠肺炎（COVID-19）疫情全球延燒，歐美疫情也持續升溫，美國確診病例在 30 日突破 16 萬例，成為全球最高，死亡人數超過 3000 人。歐美國家向來視口罩為重病象徵，不過位於中歐的捷克為阻止疫情擴大，於 19 日強制要求所有國民在公共場所必須戴口罩，台灣更是在疫情爆發初期就人人戴口罩，婦產科名醫蘇怡寧便在他的臉書上分享了一張秒懂「戴口罩到底有沒有用？」的圖表，顯示出口罩戴不戴的差別很大，並表示這是一個很有趣的對照組合。

東方與西方國家面對新冠疫情是否戴口罩有不同的看法，蘇怡寧醫師在臉書粉專上分享一張圖表，圖中藍線圈起來的是「戴口罩組」，其餘「紅線」圈起來的則是不戴口罩組，他解釋，日本、新加坡、香港到目前為止，對於這個疫情戰爭守的都比較好，「台灣沒有在統計中，如果有會在更下方」，而韓國的疫情一開始上升很快，到了第 15 天時，疫情開始呈水平發展，他補充「其實韓國也是，不要看人家一次爆，但控制下來的速度也是相當令人驚艷」。

反觀不戴口罩的國家如英國、西班牙、英國、美國疫情的發展，目前仍沒有趨緩趨勢，不過蘇醫師也認為控制疫情不單只是戴口罩，跟整體社會的防疫態度意識跟意志都有關，「至少我們是在正確的方向上，口罩、保持距離、勤洗手」。

圖表一曝光後，許多網友看了也紛紛留言，「出門戴著口罩都不會想說話，減少飛沫」、「還有我發現大家變得愛洗手了」、「一定有用，至少自己的飛沫不會亂噴」、「很有用！連感冒都不見了！」，不過也有人擔心「以這陣子對歐美返國人士的檢疫規格來看，還是要為最壞的情況先做準備」、「如果承認需要戴口罩，官方沒有提供足夠的口罩就變成一個錯誤」，還有人表示「目測新加坡帶口罩不到 5%」、「新加坡是宣導健康的人不要戴口罩」。

此外捷克實施強制全民戴口罩今後，有網友貼出確診增加率圖表，發現在推出 10 天後，增加率從 11%至 15%掉到 6%，甚至 2%，證明口罩的確是阻擋病毒的最佳策略之一；奧地利亦於 30 日宣布，為進一步防堵新冠肺炎疫情擴散，規定上超市購物的民眾必須戴口罩，並會在超市前配發。我中央流行疫情指揮中心指揮官陳時中今（30）日也表示，社

- 世衛公共衛生緊急計畫執行主任萊恩（Michael Ryan）在瑞士日內瓦的媒體簡報會上說：「沒有具體的證據表明，大眾佩戴口罩有任何潛在的好處。實際上有一些證據表明，如果錯誤使用或不正確佩戴口罩反而會帶來反效果。」官員建議，全球有許多地區醫療防護用品短缺，民眾應把口罩留給需要的人。萊恩說：「還有個問題是我們全球各地都面臨嚴重短缺。現在最可能受到病毒危害的人，是每天分分秒秒都暴露在病毒險境下的前線醫護工作者。光想像他們可能會沒有口罩能戴，就覺得可怕。」(2020/03/31 風傳媒)
- WHO 新興疾病部門代理主管范科霍芙（Maria Van Kerkhove）強調，關於口罩給誰帶這件事，最重要的是「我們要讓最需要的人優先使用口罩」，也就是第一線醫護人員。范科霍芙說：「在社區中，除非你染病，戴口罩是為了預防繼續散播病毒，否則我們不建議你戴口罩。我們的建議是，患病待在家的人，以及需要照顧居家患者的人戴口罩。」(2020/03/31 風傳媒)
- 醫學期刊《刺絡》（Lancet）最近發表的一篇文章指出，人們在某些狀況下應戴上口罩：「免疫力低的高危險族群應避開前往擁擠區域，若不得已必須暴露於高風險情況下，可以合理使用醫療手術用口罩。有證據表明，新冠病毒感染者在症狀發作之前就會傳播病毒，如果包含無症狀者等所有人都戴上口罩，就能減少社區傳播。」(2020/03/31 風傳媒)
- 在演變為全球疫情中心的美國，近期越來越多民眾、專家呼籲戴上口罩，美國政府原先建議健康民眾都不需戴口罩，但近來當局的防疫概念似乎也與 WHO 出現歧見。《華郵》（Washington Post）指出，美國 CDC 官員正在探討廣泛使用口罩是否能產生重大的防疫效果，官員仍未達成共識，一些傳染病專家擔心，口罩會使人們「自以為」安全了，反而就不認真保持社交疏離。(2020/03/31 風傳媒)
- 西雅圖和金恩郡的衛生官員杜欽（Jeffrey Duchin）指出：「理論上來說，如果材質夠好、大小適合臉部，自製口罩可以提供人們一定的保護，但多少保護這就不確定了。如果人們戴了口罩後，不去遵循其他的防疫建議（如洗手與社交疏離），或者如果口罩被弄髒了還去觸碰，戴口罩也可能增加感染的風險。」(2020/03/31 風傳媒)

同學們，你看了這些報導，結論是要不要戴口罩呢？以下是我個人的觀點：

1. 由各種不同的意見可看出學者專家(名銜都很大)對一般民眾到底該不該戴口罩意見分歧並未達成共識，這表示情況太過複雜，或者是並沒有人是真正的專家。
2. 「沒有具體的證據表明，大眾佩戴口罩有任何潛在的好處。實際上有一些證據表明，如果錯誤使用或不正確佩戴口罩反而會帶來反效果。」這個說法是什麼意思？因為人道的關係，我們當然不能採取實驗組、控制組的方法證實戴口罩是否能減低傳染的風險(此即潛在的好處)。但台灣婦產科名醫蘇怡寧以實際狀況畫出戴不戴口罩的圖形不失是一個很好的辦法，既然可以明顯的分成兩個區域，就是用事實來證明戴口罩可以降低傳染，這足以說服我們戴口罩的確具有潛在的好處！至於錯誤使用或不正確使用口罩會帶來反效果的說法則是完完全全的廢話，說了等於沒說，因為任何物品錯誤使用或不正確使用都可能帶來反效果！那為什麼還要說？目的就是要誤導，我們千萬不要上當！
3. 疫情的嚴重程度不同當然應對方式也會有所不同，但不可否認愈嚴重愈該戴口罩。如果無症狀者也會傳染，那當然是愈早戴上愈好，因為戴口罩至少可以很大程度的防止飛沫，能夠保護自己也能保護他人。防疫單位的確應該大力宣導防疫期間大家都要戴口罩，沒有醫用口罩，有自己自製簡易的各種替代罩口方法也總比沒有好。
4. 「要讓最需要的人優先使用口罩」這句說詞的涵意其實就是口罩當然有用，如果短缺就讓給最需要的人。如果並不短缺，當然是大家都戴比較好！如果擔心「戴口罩會讓人自以為安全，反而不****」，提出這種說法是最不應該的，因為這是最大的誤導。如果這種說法是對的，我們可不可以說，不需要打疫苗、不需要運動、不需要做健康檢查……，因為這樣會讓人自以為***，反而不***」，這算不算是「強詞奪理」？
5. 為什麼會有戴口罩的意見分歧？很簡單，就是因為口罩缺貨！所以一個政府該做的是：如果發生了疫情，應該及早做好口罩的管

控和分配工作，首先要保障最需要的地方有足夠的供應，再者就是要想辦法鼓勵企業以各種方式增加產能或儲備，如果全民能有足夠的口罩，絕對會對疫情的控制幫助很大。有此經驗，以後應建立更大的戰備庫存，因為口罩對防疫工作的性價比一定是最高的！

6. 該不該戴口罩的結論：

民眾以後要及早為自己和家人儲備足夠的口罩存量，因為一旦發生疫情，戴上口罩一定比沒戴好，它可以保護自己也可以保護他人！

同學們，你有什麼不同的看法或補充意見，請提出分享討論。