

口罩罩不住

空氣污染、交通廢氣、病毒傳染，讓現在的街道上許多人都戴上口罩，有時，口罩甚至成為造型的一部份。市面上這麼多種類型的口罩，怎麼戴才對？又應該怎麼挑選呢？

感冒的時候、通勤的時候，是最多人會戴著口罩的時刻，一方面保護自己同時也保護別人，另一方面更是因應空氣污染的危害，一般的口罩真正能夠阻擋的是飛沫，夾帶在飛沫中的病毒也就同步擋下來，但是並沒有辦法直接阻擋病毒。空氣中的PM2.5同樣因為顆粒太小，一般的口罩也沒有辦法將其阻隔在外。

配戴口罩的時候同樣也有學問！不能只有把嘴部遮住，一定要將口鼻一起蓋在口罩之下，才能有效地防止夾帶著病毒的飛沫從口鼻進入身體當中。一般拋棄式的口罩使用一整天或是口罩已經潮濕的時候就必須丟棄更換，千萬不能洗一洗烘乾再使用，可能會導致病毒透過口罩更容易進入身體當中。