



ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА

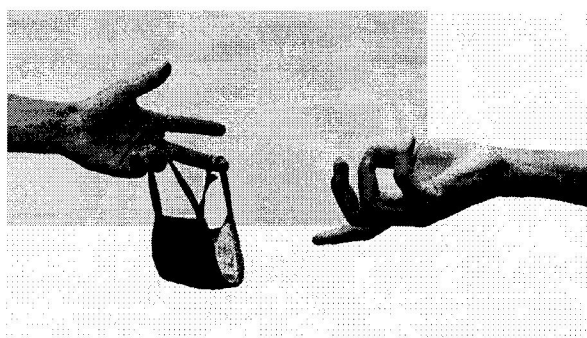
**Территориальный отдел Управления Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по Свердловской области
в городе Асбест и Белоярском районе
(Асбестовский отдел Управления Роспотребнадзора по Свердловской области)**

г. Асбест, ул. им. А. П. Ладыженского, д. 17, 624269, Свердловская область,
Тел./Факс: 8 (34365) 2-48-18, E-mail: mail_03@66.rospotrebnadzor.ru

В СМИ, на сайты Администраций ГО
Юридическим лицам,
Индивидуальным предпринимателям

Исх. №66-03-09/09-6033 от 01.07.2021г

Лето в маске



Наступило долгожданное лето, но коронавирус все еще не отступает.

Масочный режим остается актуальным по всей стране!

Каждый человек должен стоять на страже своего здоровья и продолжать соблюдать все рекомендуемые меры профилактики, в том числе – носить маску.

Но, ходить постоянно в маске занятие малоприятное: кажется, что воздуха не хватает, лицо потеет, хочется побыстрее избавиться от этой «обузы». Что можно сделать в таких условиях? Просто терпеть? Или есть варианты облегчить летнее бремя маски, не подвергая риску здоровье? Разбираемся, что можно сделать.

Чаще менять. Замечали, что в жару маска становится влажной гораздо быстрее? Это логично и вопроса, почему в жаркую погоду менять ее нужно гораздо чаще, возникнуть не должно. Меняйте маску каждые 20-30 минут и не забывайте - многоразовую маску нужно стирать после каждого применения.

Выбирать светлые оттенки. Посмотрите на маску, которую носите. Если это стильная черная маска, предлагаем вам продолжать просто смотреть на нее, а носить – маску из светлой ткани - в ней будет гораздо прохладнее. Здесь работает тот же принцип, что и с одеждой: мало кто осмеливается надевать черное в жару - темная ткань притягивает тепло и создает риск перегрева.

Облегчить материал. Обратите внимание, из какой ткани сшита маска. Плотный синтетический материал - злейший враг в летний зной. В такой маске, какой бы она ни была красивой, просто невозможно нормально дышать. Выбирайте изделия из тонкого хлопка или марли, обычные медицинские маски тоже подойдут.

Идеальная посадка. Убедитесь, что маска хорошо сидит. Дело не в красоте, а в комфорте. Маска должна прилегать плотно, но не слишком туго, чтобы между ртом и тканью оставалось пространство. Это защитит кожу от лишних повреждений. А кстати о коже, здесь тоже есть что сказать. Самое главное - маска должна плотно прикрывать рот и нос. Только такая посадка может предотвратить распространения COVID-19.

Минимум косметики. Во время жары лучше использовать минимум макияжа, а вот пренебрегать средствами с SPF-защитой не стоит – используйте их перед выходом на улицу. Ну и обязательный пункт ухода за кожей – увлажняющие средства, они

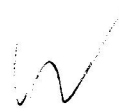
помогут избежать микротравм и кожных раздражений, это важно всегда, а в условиях масочного режима особенно.

Воздухопроницаемость. Правильные маски не жертвуют безопасностью ради вентиляции благодаря особой форме и материалам. Если вы хотите использовать многоразовые маски из ткани, лучше выбирайте варианты, сделанные из плотно сплетенной ткани, состоящей как минимум из двух (а лучше трех) слоев материала. Подойдет любая плотно сплетенная ткань, например, хлопок, шелк или полипропилен. Спортивные ткани, такие как спандекс, тоже доказали свою эффективность, но только в многослойном варианте.

На рынке сейчас большое разнообразие масок на любой цвет и вкус, и кажется, что в любой одинаково тяжело, но это не так. Если подойти к выбору средств защиты с умом, пережить жару в маске станет проще.

Используйте средства индивидуальной защиты, чаще мойте руки, вакцинируйтесь против COVID-19, чтобы следующее лето все мы могли провести без масок.

Начальник Асбестовского отдела
Управления Роспотребнадзора по
Свердловской области



Е.А.Брагина