

# MUDr. Lipták o tom, kedy rúško chráni a kedy škodí?

- CZ24 News | 12. října 2020



Všimnime si, že od kedy povinne nosíme rúška, výskyt infekcií v populácii začal stúpať.

**Odkaz tohto blogu by sa dal aj takto pochopiť: Ak nosíte rúško tak ho noste správne. A ak ho nenosíte správne, tak ho radšej nenoste!**

Tak ako fungujú u včiel pelové kefky a košíčky na zber peľu, tak fungujú dnes na zber u ľudí rúška. Včely zbierajú takto peľ a nosia si ho domov do úľa a ľudia dnes do rúška zbierajú celý deň vírusy a baktérie a donesú si ich všetky domov. Svetová zdravotnícka organizácia (WHO) stále upozorňuje, že vdychovaním sa nakazíme v 20%, ale cez ruky sa nakazíme až v 80%. Preto sa aj v prevencii najviac odporúča časté umývanie rúk mydlom a teplou vodou. No a rúšok sa ľudia stále dotýkajú rukami. Takže najprv zachytíme na rúško baktérie a vírusy z okolia, potom sa ho dotkneme a prenesieme ich na ruky a z nich do úst. Takto dochádza najčastejšie k nákaze.

Dnes niektorí nosia jedno rúško aj celý deň a aj celý týždeň a tak nosíme zo sebou prachovku plnú baktérií a vírusov a oveľa intenzívnejšie sa nakazujeme a infekciu všade rozširujeme. Ak by nás rúško malo chrániť pred infekciou, tak by sme mali nosiť iba jednorázové s tým, že po použití sa musí zneškodniť a to nacvičeným takzvaným „obradným“ spôsobom, teda tak, aby sme sa ho v časti určenej na ochranu dýchacích ciest vôbec nedotkli rukami.

Zneškodnenie použitého rúška, to je vlastne najdôležitejšia časť ochrany rúškom. Dotýkanie sa rúška rukami a nesprávna manipulácia s rúškom pri jeho odstraňovaní naopak vedie k istote, že sa baktérie a vírusy dostanú na ruky. Takže nasadiť pred nástupom do autobusu jednorázové, po vystúpení správne zneškodniť. Potom nové rúško nasadiť pred vstupom do obchodu...do práce... do školy... a potom zasa vždy správne zneškodniť, zneškodniť, zneškodniť! A na každú novú hodinu vždy nasadiť nové rúško a použité správne zneškodniť atď.

Takto správne používajú rúška lekári, ak sa musia vystaviť infekčnému pacientovi, alebo ak ošetrojú rany alebo operujú. Pre každý prípad nové rúško a staré sa musí ako zdroj infekcie správne zneškodniť. A toto sa v praxi bežnej populácie dá ako dosiahnuť? Je možné všetkých ľudí dostatočne vyškoliť? A kto zaplatí jednorázové rúška? Pri správnom nosení odhadujem spotrebu cca 10 jednorazových rúšok denne. A načo je tento cirkus dobrý pri tomto Covide, kde týždenná incidencia (výskyt) chorých dnes neprekročila 10 chorých na 100 000 obyvateľov?

Možno bez obáv odporúčiť časté a dôkladné umývanie rúk, ale plošné nosenie rúšok z viacerých dôvodov nemá opodstatnenie. Naopak, všimnime si, že od kedy povinne nosíme rúška, výskyt infekcií v populácii začal stúpať. Logické vysvetlenie je, že sa zvýšil prenos infekcií cez ruky a že si nosíme v rúškach vo zvýšenej miere nákazu domov. Jednoznačne, dnes rúška viac škodia, ako pomáhajú.

Zdroj: <https://www.infovojna.sk>