别让粉尘剥夺了你呼吸的权利！

“尘肺病”是职业病中头号“杀手”，是由于工人在作业环境，长期吸入粉尘并逐渐在肺内蓄留沉积，导致肺组织弥漫性纤维化的疾病。这是一种不可治愈的疾病，给患者带来身心摧残的同时，也给家庭和社会带来沉重的经济负担，最终患者会因为无法呼吸被“活活憋死”，生生被剥夺了呼吸的权利。

群众：太恐怖了，连呼吸的权利都没有了，难道就没有办法了？

小卫：尘肺病虽然不可治愈，但是可以预防，有个经济有效的方法，那就是佩戴防尘面罩，比如我们比较熟悉的防尘口罩。

群众：原来这么严重的病，一个简单的口罩就可以预防，我前几天刚从药店买了一包口罩，可以派上大用场了。

小卫：打住！药店买来的口罩对于防粉尘是没有效果的，防尘要用专业的防尘口罩。

群众：还有这讲究，赶紧给我说说。

小卫：别急，听我细细讲来。

防尘口罩是防尘面罩中的一种，属于个人防护用品。它虽然不能降低作业环境中的粉尘浓度，也不能消除作业环境中粉尘，但它是保护劳动者不受粉尘危害的最后一道屏障。作为一种辅助性预防措施，防尘口罩正确使用可以有效防止空气中的粉尘通过口鼻进入劳动者体内，起到预防尘肺病的作用。但是使用的面罩不符合防护要求或者使用不正确，会影响实际防护效果，有时甚至造成更大危害。

01

不同的防尘面罩 适用不同的环境

防尘面罩有不同的罩型，包括口罩，半面罩和全面罩，但都是过滤式呼吸防护器，只能在氧气浓度充足的环境(即环境空气中氧的含量不低于18%)和低浓度污染环境中使用，不能用于罐、槽等密闭空间防护。

全面罩

半面罩

半面罩适用于粉尘浓度不超过10倍职业接触限值的环境，全面罩适用粉尘浓度不超过50倍职业接触限值的环境。否则应该选用防护等级更高的呼吸防护器。

而防尘口罩又分为油性防尘口罩和非油性防尘口罩。油性防尘口罩用于防油性的粉尘，如石蜡、玉料油等；非油性防尘口罩用于防非油性粉尘，如石矿、煤矿、水泥等。

02

正确使用防尘面罩 才能发挥最大的保护效果

第一步，选择合适的防尘面罩。市面上防尘面罩五花八门，选择的时候应该遵循两个原则，一面罩必须符合国家标准，二针对粉尘的性质和现场环境条件来选择恰当的面罩。

第二步，选择适合脸型的面罩。目前没有一款面罩可以做到适合任何脸型，当使用的面罩不适合脸型，就可能导致泄漏，空气中的污染物就会从泄漏处进入呼吸区。所以在定好选哪一种面罩后还要选择一款适合自己脸型的型号。

第三步，按要求佩戴防尘面罩。佩戴口罩时要使口、鼻完全与口罩的内壁贴合，不能有缝隙。戴上后做一下密合性测试，检测是否泄露。切记在整个作业过程中一定要坚持佩戴。

第四步，注意维护和及时更换。防尘面罩是有使用寿命的，平时要注意维护，不用时应存放在清洁区域。当面罩阻力明显增加、过滤元件快过期失效、或有有损坏时要及时更换。

03

防尘口罩 使用误区

最后再次强调：纱布口罩不防尘！坚持正确佩戴才有效！

佩戴防尘口罩会有不舒适感，有时确实也给生产作业带来不便。尤其是在炎热的夏天，容易出汗，戴上口罩又闷又热，有的劳动者会选用更透气，易吸汗的纱布口罩。也有劳动者会中途拿下口罩或者只用口罩罩住鼻子或嘴，让自己呼吸更顺畅。这些都是错误的做法！

为了保护自己不受粉尘的危害，为了今后能够畅通无阻的享受新鲜空气，请正确使用防尘面罩！

宁海县疾病预防控制中心