

睇清楚注意事項同考慮個人需要先好帶!



# 帶兩個口罩仲好?

## 『雙口罩』注意事項:

- 雙口罩的重點是改善口罩的密合度，確保口罩能緊貼在民眾臉上，達至較好的過濾效果。
- 不建議兩層使用同種類的口罩，例如：醫療口罩+醫療口罩，或N95口罩 + N95口罩。
- 如需要帶雙口罩，可以先配戴一個外科口罩，然後在外戴多一個布口罩。注意布口罩要有鐵線，固定口罩貼鼻。
- 考慮個人需要，不是所有人都需要加戴布口罩。例如：有鬍鬚的使用者要多加注意口罩的密合度。
- 如需配帶兩個口罩，留意勿倒轉上下層使用。
- 如有呼吸道疾病，請向醫生查詢配戴雙口罩。
- 切勿重覆使用口罩，棄置時請包好口罩，並消毒雙手。



## 市民憂慮Q & A:



**Q** 什麼是Omicron? 與之前的病毒有什麼不同?

**A** Omicron是在2021年11月在南非首度被偵測新冠病毒，是第5支新冠肺炎 (Covid-19) 變異株。Omicron主要是透過飛沫及接觸傳染 (最近更懷疑有新的傳播途徑)。傳播速度更比以往的病毒快。感染者在發病前2到3天就可以有傳染力。疫苗和口罩的保護能力下降，加上難以估計治療成效和後遺症，令感染控制更加困難。

**Q** 外科口罩的保護力是否不足? 是否帶雙口罩是否有效防止Omicron病毒?

**A** Omicron病毒在人體呼吸道的複製速度比Delta快大約70倍，感染48小時後，病毒量會激增。袁國勇指出Omicron的傳播力高，只帶一個外科口罩/布口罩未必能阻擋Omicron，或未能提供足夠保護。美國疾控中心的實驗指出單個外科可擋56.1%咳嗽粒子，而雙口罩 (外科口罩+布口罩) 則可擋85.4%咳嗽粒子。選擇配戴雙口罩亦有不同的注意事項，請衡量自己的需要。

**Q** 帶N95口罩是否有效防止Omicron病毒?

**A** N95口罩由多層聚丙烯製成，這種合成纖維可以緊密貼合臉部，讓口罩能將鼻子、嘴巴的邊緣緊緊密封。N95可過濾空氣中95%的微粒，亦能防止大於0.3微米的顆粒通過，有效減少吸入Omicron病毒的機會。但N95口罩的成本較高，亦會較難呼吸，要考慮自己的需要。

資料來源:

1. [https://www.cdc.gov/media/releases/2021/s1109-covid-19-new-variant.html](#)  
2. [https://www.cdc.gov/media/releases/2021/s1118-covid-19-new-variant.html](#)  
3. [https://www.cdc.gov/media/releases/2021/s1125-covid-19-new-variant.html](#)  
4. [https://www.cdc.gov/media/releases/2021/s1201-covid-19-new-variant.html](#)  
5. [https://www.cdc.gov/media/releases/2021/s1208-covid-19-new-variant.html](#)  
6. [https://www.cdc.gov/media/releases/2021/s1215-covid-19-new-variant.html](#)  
7. [https://www.cdc.gov/media/releases/2021/s1222-covid-19-new-variant.html](#)  
8. [https://www.cdc.gov/media/releases/2021/s1229-covid-19-new-variant.html](#)  
9. [https://www.cdc.gov/media/releases/2021/s1230-covid-19-new-variant.html](#)  
10. [https://www.cdc.gov/media/releases/2021/s1231-covid-19-new-variant.html](#)  
11. [https://www.cdc.gov/media/releases/2021/s1231-covid-19-new-variant.html](#)  
12. [https://www.cdc.gov/media/releases/2021/s1231-covid-19-new-variant.html](#)  
13. [https://www.cdc.gov/media/releases/2021/s1231-covid-19-new-variant.html](#)  
14. [https://www.cdc.gov/media/releases/2021/s1231-covid-19-new-variant.html](#)  
15. [https://www.cdc.gov/media/releases/2021/s1231-covid-19-new-variant.html](#)