300000004379974
Комерцијална банка Скопје
www.odnaszanas.com
info@odnaszanas.com
+389 71 356 354

ЕМБС: 7146148
ЕДБ: 4057019546477

Здружение на граѓани ОД НАС ЗА НАС
Вич 28/36, 1000 Скопје

Почитувани,

Една од анти-корона мерките кои ги наложува Комисијата за заразни болести е задолжително носење маски во определени услови, со најави за можно воведување на задолжително носење маска постојано и секаде.

Сакаме да ве известиме дека родителите и децата имаат полно право да ја одбијат или прифатат препораката за носење маски, заради тоа што не постојат научно докажани позитивни ефекти од носењето маски, правило кое се наметнува на популацијата, а со цел спречување на ширењето на корона вирусот. И самата препорака е заснована на недокажани и под знак прашалник резултати од истражувања за останати вируси. Ќе наведеме само неколку примери:

1. Во прегледот на 14 рандомизирани студии кои се испитувани од „нефармацевтски“ мерки на заштита од вирусот на грип (помеѓу кои и носење маски) не се пронајдени докази кои ја поддржуваат ефикасноста на овие мерки за спречување на лабораториски потврдени случаи на грип. Во него е наведено: „не пронајдовме докази дека хируршките маски се ефикасни во намалувањето на лабораториски потврдените случаи на грип, и во случај кога ги носат заразени, и кога ги носат здрави лица во општата популација“. https://wwwnc.cdc.gov/eid/article/26/5/19-0994_article

2. Употребата на маските во спречување на грипот е набљудувана во 17 студии од различен тип. Во заклучокот е наведено дека ниту една студија не покажала убедлива врска помеѓу користењето на маски и инфекцијата со грип. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5779801/

3. Набљудувана е здравствената состојба на две групи здравствени работници во Јапонија, една која носела маски и друга која не носела. Се покажало дека носењето маски не ги дало очекуваните позитивни ефекти кај симптомите на настинка, а во групата која носела маски, имало многу повеќе главоболки. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5779801/

4. Вршено е испитување на ефикасноста на обична хируршка маска и N95 маска. Не е детектирана разлика во инциденцата на лабораториски потврдените случаи на грип.
https://jamanetwork.com/journals/jama/fullarticle/2749214

5. Студија која ги споредува изработените маски и медицинските, укажа на ПРОТИВ носење на првите од страна на здравствените работници. Задржувањето на влага, повторната употреба и лошата филтрација на овие маски може да доведе до зголемен ризик од инфекција. Токму такви маски децата се обврзани да носат во училиштата.
https://bmjopen.bmj.com/content/5/4/e006577

6. Интересен факт е дека уште во 1981 година се воделе стручни полемики, па е извршено и испитување за време на кое цели шест месеци се вршеле операции без употреба на маски и не дошло до зголемување на инциденца на инфекции на раните. Во заклучокот на трудот дури е наведено и дека праксата на носење маски би можела да биде и напуштена.
https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2493952/

7. Еден интересен труд е објавен на 6 април оваа година, а повлечен на 1 јуни, како и уште триесетина трудови кои говореа за короната малку поинаку од нарачаните наративи. Пациенти заразени со коронавирусот кашлале во Петриев сад без маска, со хируршка маска, платнена маска и повторно без маска. Ниту еден вид маска не го филтрирала добро коронавирусот за време на кашлањето. Во претходните трудови, на кои референцираат овие автори, докажано е дека хируршките маски не покажуваат добра филтрација против аеросоли со големина 0.9, 2.0, 3,1 микрометри во пречник, како и дека честичките со димензија 0.04-0.2 микрометри можат да поминат низ маската. Претходната „верзија“ на коронавирусот е проценета на 0.08-0.14 микрометри, а се претпоставува дека овој нов вирус е сличен и дека е веројатно дека хируршките маски не можат да го задржат.
https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7153751/

8. Просторот од страна на хируршките и направените маски може да претставува опасност за пренос на вирусот.
https://www.research.ed.ac.uk/portal/en/publications/face-coverings-aerosol-dispersion-and-mitigation-of-virus-transmission-risk(e360b2cd-a266-4581-be7b-c6d68ce1edfb).html

300000004379974
Комерцијална банка Скопје
www.odnaszanas.com
info@odnaszanas.com
+389 71 356 354

ЕМБС: 7146148
ЕДБ: 4057019546477

Здружение на граѓани ОД НАС ЗА НАС
Вич 28/36, 1000 Скопје

9. Норвешкиот институт за јавно здравје не препорачува носење маски од страна на здрави луѓе секогаш и на секое место. Според нивните проценки „дури и ако се претпостави дека маските се ефикасни, разликата помеѓу стапката на инфекција помеѓу оние кои носат и не носат маски би била мала". Доколку претпоставиме дека 20% немаат симптоми и претпоставиме дека маските го намалуваат ризикот од пренос за 40%, 200.000 луѓе би требало да носат маска за да се превенира 1 инфекција неделно. https://www.fhi.no/en/publ/2020/Should-individuals-in-the-community-without-respiratory-symptoms-wear-facemasks-to-reduce-the-spread-of-COVID-19/

Министерството за здравство, Кризниот штаб и Влада на Република Македонија, мораат да имаат свест за лошите страни на своите препораки и не смеат да ги обврзуваат луѓето спротивно на нивната слободна волја. Носењето маски доведува до поединечни пореметувања, кои можат да завршат и трагично, бидејќи обврската не ја признава различноста на луѓето и нивните здравствени статуси.

1. Испитувања кај хирурзи, кои заедно со стоматолозите беа единствени доктори кои носеа маски пред корона хистеријата, покажале дека само после еден час операција, нивото на кислород во крвта опаѓа, а пулсот се зголемува. Во заклучокот се нагласува дека ова може да биде од клиничко значење. https://doi.org/10.1016/s1130-1473(08)70235-5

2. Освен логичното намалување на количината на кислород, во крвта доаѓа до зголемување на јаглерод диоксидот кој нашето тело го исфрла преку дишење, но маската го задржува, па тој повторно се вдишува. Во извештајот се наведува случај на здрав доктор кој, носејќи маска, извел интервенција врз туберкулозен пациент, и почувствувал гушење, срцебиење и тресење на рацете после 30 минути, а нивото на јаглерод диоксид било зголемено. Извршено е мерење на уште четири анестетичари, пред и после дваесетминутна интервенција и вредностите биле зголемени, но без симптоми. Зголемените вредности на јаглерод диоксид се поврзани со неговото повторно вдишување, бидејќи останува „заглавен" во маската. Авторите напоменуваат дека зголемените вредности на јаглерод диоксид доведуваат до пореметувања во концентрацијата, мислењето и психомоторните актвности. https://doi.org/10.1016/s1130-1473(08)70235-5

300000004379974
Комерцијална банка Скопје
www.odnaszanas.com
info@odnaszanas.com
+389 71 356 354

ЕМБС: 7146148
ЕДБ: 4057019546477

Здружение на граѓани ОД НАС ЗА НАС
Вич 28/36, 1000 Скопје

3. Носењето маски доведува до главоболки, кажува еден свеж труд од времето на короната. Од 158 здравствени работници, кои биле испитувани, 81% развиле нови главоболки предизвикани од носење на заштитни маски. Дури 91,3% испитаници со претходна дијагноза на главоболка, сметале дека носењето маски им ја влошува состојбата и ги намалува работните можности. https://doi.org/10.1111/head.13811

4. До што уште може да доведе состојбата на хронично намаленото ниво на кислород во телото?

До артеросклероза https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/pmid/17332479/, но и имуносупресија со инхибиција на Т лимфоцитите https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28278498/,

5. Еден од проблемите на (долготрајно) носење маски е и повторното вдишување на евентуалните честички на вирусот кај луѓето кои го имаат. Од страна на кризниот штаб кажано ни е дека кој ќе добие вирус „преку маски“ ќе биде „помалку болен“, но не ни е кажано што ќе се случи со инфицираното лице кое цело време повторно вдишува вирус кој телотот се обидува да го исфрли. Логично би било дека ќе биде „повеќе болно“. Она што е извесно е дека вратениот вирус ќе се задржува во носната шуплина, а покажано е и на анимален модел, дека некои коронавируси имаат склоност да допрат до централниот нервен систем преку нервот за мирис. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7130896/. Постојат докази дека и КОВИД-19 има афинитет спрема централниот нервен систем. https://pubs.acs.org/doi/10.1021/acschemneuro.0c00122

Ако ова ви делува премногу „теоретски“ и „малку веројатно“, иако секако поверојатно од можноста здрав човек, па и „асимптоматски носител“ да пренесе болест, еве и малку пракса: Во Кина две дечиња починаа за време на час по физичко воспитание кое го обавувале со носење маски, во период од една седмица. https://nypost.com/2020/05/06/two-boys-drop-dead-in-china-while-wearing-masks-during-gym-class/ . Исто така, 25-гидишен џогер починал џогирајќи со маска. https://nypost.com/2020/05/15/wuhan-man-suffers-collapsed-running-while-running-with-face-mask/. Во испитувањето, кај 44 здрави испитаници кои обавувале шестминутен тест со одење, забележано е гушење (диспнеја) кое било статистички и клинички значајно кога испитаниците носеле хируршка маска https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29395560/. Што сѐ „вежбањето со маска“ може да предизвика, опишува и новообјавената статија. Во неа се наведува можност за редукција на нивото на кислород во крвта и

300000004379974
Комерцијална банка Скопје
www.odnaszanas.com
info@odnaszanas.com
+389 71 356 354

ЕМБС: 7146148
ЕДБ: 4057019546477

Здружение на граѓани ОД НАС ЗА НАС
Вич 28/36, 1000 Скопје

спречување на ослободување на јагерод диоксид, што доведува до зголемување на киселоста во крвта, срцето, бубрежно оптеретување, како и зголемен анаеробен метаболизам, а може да влоши и одредени хронични состојби. https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32590322/.

Конечно, во упатството на СЗО наведени се предностите и негативностите од носењето маски кои ги сумиравме подолу во табела: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/332293/WHO-2019-nCov-IPC_Masks-2020.4-eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y&fbclid=IwAR0V6hxNEfxhGtLPrpbBVYs0Kkz4qOHSgYIFTsW2VjIbhEpsuRIsWkuki6k

КОРИСТ НАСПРОТИ ШТЕТА ОД НОСЕЊЕ МАСКИ

НЕГАТИВНИ ЕФЕКТИ	**ПОЗИТИВНИ ЕФЕКТИ**
потенцијално само-загадување што може да се случи доколку немедицинските маски не се менуваат кога се влажни или извалкани. Ова може да создаде поволни услови за засилување на микроорганизмот;	намален **потенцијален** ризик од изложеност кон заразени лица, пред истите да развијат симптоми;
потенцијална главоболка и / или тешкотии во дишењето, во зависност од видот на користената маска;	намалена **потенцијална стигматизација** на лицата кои носат маски за да се спречи инфицирање на други лица (контрола на изворот) или на лица кои се грижат за пациенти со КОВИД-19 во не-клинички услови;
потенцијален развој на лезии на кожата на лицето, иритирачки дерматитис или влошување на акните, кога се користат често и долги часови;	да направи **луѓето да се чувствуваат дека можат да придонесат** за да се спречи вирусот;

Здружение на граѓани ОД НАС ЗА НАС
Вич 28/36, 1000 Скопје

300000004379974
Комерцијална банка Скопје
www.odnaszanas.com
info@odnaszanas.com
+389 71 356 354

ЕМБС: 7146148
ЕДБ: 4057019546477

тешкотии во јасно комуникацирање;	да ги **потсети** луѓето дека треба да ги почитуваат другите мерки. Но, ова може да има и обратен ефект.
потенцијална непријатност;	потенцијални социјални и економски придобивки. Во услови на глобален недостиг на хируршки маски и PPE, поттикнување на јавноста да создаде свои маски од ткаенини може да промовира интеграција на индивидуалните компании и заедницата. Покрај тоа, производството на немедицински маски може да понуди извор на приход за оние кои можат да произведуваат маски во рамките на нивните заедници. Маските од ткаенини, исто така, **можат да бидат форма на културен израз, охрабрувајќи го прифаќањето на јавноста** на мерките за заштита воопшто. Безбедната повторна употреба на ткаенини за маски, исто така ќе ги намали трошоците и отпадот и ќе придонесе за одржливост.
лажно чувство на сигурност, што доведува до потенцијално пониско придржување кон други критични превентивни мерки, како што се физичко растојание и хигиена на рацете;	
неможност за усогласување за носење маска, особено кај малите деца;	
проблеми со управувањето со отпадот; неправилно отстранување на маски, што доведува до зголемен неред на јавни места, ризик од	

300000004379974
Комерцијална банка Скопје
www.odnaszanas.com
info@odnaszanas.com
+389 71 356 354

ЕМБС: 7146148
ЕДБ: 4057019546477

Здружение на граѓани ОД НАС ЗА НАС
Вич 28/36, 1000 Скопје

загадување на уличните корпи и опасност по животната средина;	
потешкотии во комуникацијата за глувите лица кои се потпираат на читање на усните;	
неповолност/неможност или тешкотии при носење, особено за деца, лица со пречки во развојот, оние со ментални заболувања, постари лица со когнитивно оштетување, оние со астма или хронични проблеми со дишењето или оние кои имаат траума на лицето или неодамнешна орална максилофацијална хирургија и оние кои живеат во топли и влажни околини.	

Во ситуација кога децата значајно не заболуваат од она што се нарекува коронавирус, а чинат и само мал процент на преносители, единствено исправно решение е на родителите и децата да им се даде слобода при изборот за носење маски.

Сметаме дека со воведувањето на т.н. мерки се врши атак на психичкото здравје на сите, но посебно на децата, чие детство, наместо со песна, игра и дружење, ќе биде исполнето со бесмислени забрани, фрустрации и пораки како животот им е постојано загрозен, а ближниот опасен. За такво нешто нема никаква реална потреба и не е мал бројот на луѓе кои не дозволуваат децата да престојуваат во таква средина.

Затоа бараме под итно да се променат мерките за задолжително носење на маски, општо, насекаде, особено во училиштата.