



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

300000004379974  
Комерцијална банка Скопје  
[www.odnaszanas.com](http://www.odnaszanas.com)  
[info@odnaszanas.com](mailto:info@odnaszanas.com)  
+389 71 356 354

ЕМБС: 7146148  
ЕДБ: 4057019546477

Почитувани,

Една од анти-корона мерките кои ги наложува Комисијата за заразни болести е задолжително носење маска во определени услови, со најава 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, затоа што, како што наведува Светската Здравствена Организација (СЗО) во Упатството од 5.6.2020 година: „Во моментов, широко распространетата употреба на маски од здрави луѓе во заедницата, сè уште не е поддржана од висококвалитетни или директни научни докази и има потенцијални придобивки и штети што треба да се земат предвид.“. Понатаму, како што е наведено во упатството на СЗО, „Ако маските бидат препорачани за општата популација, носителот на одлуката треба“, меѓу другото „да продолжи со собирање научни податоци и докази за ефективноста на употребата на маски“ и „да го процени влијанието (позитивно, неутрално или негативно) од користењето маски во општата популација.“. Оттука, самото упатство на СЗО јасно укажува дека наметнувањето обврска за сите граѓани да носат маска, без индивидуална процена на ризик, претставува присила под закана за учество во експеримент на основа на кој треба да се констатира дали носењето маска е навистина корисно за спречување на ширењето на вирусот, а притоа СЗО не негира дека резултатот од таквиот експеримент може да биде негативен.

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 воља. Носењето маски доведува до поединечни пореметувања, кои можат да завршат и трагично, бидејќи обврската не ги признава разликите меѓу луѓето, како и нивните здравствени состојби. Штетните ефекти, документирани во научната рецензирана литература, се доста сериозни за човековото здравје и секоја индивидуа која носи маска истовремено е изложена на голем број ризици. Во продолжение наведуваме извори од научната литература кои се занимаваат со анализа на штетните ефекти од носењето маска.

1. Во студија која вклучувала 158 здравствени работници, од кои мнозинството биле на возраст од 21 и 35 години, 81% имале главоболки поради носењето маска. Сите се чувствувале како главоболките да влијаат врз нивните работни перформанси.



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

Ong JY et al., „Headaches Associated With Personal Protective Equipment - A Cross-Sectional Study Among Frontline Healthcare Workers During COVID-19”. *Headache*. 2020 May;60(5):864-877.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32232837/>

2. Во студија која вклучувала 53 хирурзи кои носеле маска N95 (кои заедно со стоматолозите беа единствени доктори кои носеа маски пред корона хистеријата), покажале дека само после еден час операција, најдено е дека маските значително го намалиле нивното ниво на кислород, а пулсот се зголемил. Во заклучокот се нагласува дека ова може да биде од клиничко значење. Колку подолго ја носеле маската толку поголем бил падот на нивото на кислород.

A. Beder et al. „Preliminary report on surgical mask induced deoxygenation during major surgery”, *Neurocirugía, Volume 19, Issue 2, 2008, Pages 121-126*

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1130147308702355?via%3Dihub>

3. Важноста од претходните две студии е во тоа што падот на нивото на кислород (хипоксија) на кој е укажано, се поврзува со оштетување на имунитетот. Постојат студии кои покажале дека хипоксијата може да ги инхибира главните клетки кои служат за борба со вирусни инфекции, наречени CD4+ T-lymphocyte. Ова може да ги направи корисниците на маски повеќе подложни на било какви инфекции, вклучително и Ковид-19.

Hussein Shehade et al., „Cutting Edge: Hypoxia-Inducible Factor 1 Negatively Regulates Th1 Function”, *J Immunol August 15, 2015, 195 (4) 1372-1376*;

<https://www.jimmunol.org/content/195/4/1372>

Westendorf AM et al., „Hypoxia Enhances Immunosuppression by Inhibiting CD4+ Effector T Cell Function and Promoting Treg Activity”. *Cell Physiol Biochem*. 2017;41(4):1271-1284.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28278498/>

Jaclyn Sceneay et al. „Hypoxia-driven immunosuppression contributes to the pre-metastatic niche”, *Oncoimmunology*. 2013 Jan 1; 2(1): e22355.

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3583916/>

4. Луѓето со рак, особено ако ракот се проширил, ќе бидат изложени на дополнителен ризик од продолжена хипоксија, бидејќи ракот најдобро расте во микросредината која е со малку кислород. Ниското ниво на кислород придонесува за инфламации кои пак придонесуваат за растење, инвазија и ширење на ракот.

Blaylock RL., „Immunoexcitatory mechanisms in glioma proliferation, invasion and occasional metastasis”. *Surg Neurol Inter* 2013;4:15.

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3589840/>

Aggarwal BB. „Nuclear factor-kappaB”: The enemy within. *Cancer Cell* 2004;6:203-208.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15380510/>



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

300000004379974  
Комерцијална банка Скопје  
www.odnaszanas.com  
[info@odnaszanas.com](mailto:info@odnaszanas.com)  
+389 71 356 354

ЕМБС: 7146148  
ЕДБ: 4057019546477

5. Постои студија која покажува дека хипоксијата која се повторува постојано, претставува значителен фактор за добивање на артеросклероза и следствено го зголемува ризикот од кардиоваскуларни болести (срцеви удари) и мозочни удари.

*Savransky V et al. „Chronic intermittent hypoxia induces atherosclerosis“. Am J Resp Crit Care Med 2007;175:1290-1297.*

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17332479/>

6. Постојат понови сознанија кои укажуваат на тоа дека вирусот може да навлезе во мозокот.

*Baig AM et al. „Evidence of the COVID-19 virus targeting the CNS: Tissue distribution, host-virus interaction, and proposed neurotropic mechanisms“. ACS Chem Neurosci 2020;11:7:995-998.*

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32167747/>

*Wu Y et al. „Nervous system involvement after infection with COVID-19 and other coronaviruses“. Brain Behavior, and Immunity 2020 Mar 30. doi: 10.1016/j.bbi.2020.03.031*

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7146689/>

7. Во повеќето случаи, тој влегува во мозокот преку мирисните нерви (мириси на нервите), кои се поврзуваат директно со областа на мозокот што се занимава со неодамнешната меморија и консолидација на меморијата. Со носење маска, издишаните вируси нема да можат да избегаат и ќе се концентрираат во носните пасажи, ќе влезат во мирисните нерви и ќе патуваат во мозокот.

*Perlman S et al. „Spread of a neurotropic murine coronavirus into the CNS via the trigeminal and olfactory nerves“. Virology 1989;170:556-560.*

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7130896/>

Покрај документираната научна ризница, би сакале да ги споменеме и неколкуте немили настани кои не смеат да бидат занемарени, а кои се директна последица на носење маска во услови во кои не се измерени ризиците од носењето маска.

Така на пример, во Кина две дечиња починаа за време на час по физичко воспитување кое го практикувале 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-годишен џогер починал трчајќи со маска.

<https://nypost.com/2020/05/15/wuhan-man-suffers-collapsed-running-while-running-with-face-mask/>.



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

Во испитување спроведено меѓу 44 здрави испитаници кои спровеле 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 сè „вежбањето со маска“ може да предизвика, опишува и една новообјавена статија. Во неа се наведува можност за намалување на нивото на кислород во крвта и спречување на ослободување на јагерод диоксид, што доведува до зголемување на киселоста во крвта, оптеретување на срцето и бубрезите, како и зголемен анаеробен метаболизам, а може да влоши и одредени хронични состојби.  
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32590322/>.

Конечно, од упатството на СЗО, ги издвојуваме наведените позитивни и негативни ефекти од носењето маски кои се сумирани во следната табела:

[https://www.who.int/publications/i/item/advice-on-the-use-of-masks-in-the-community-during-home-care-and-in-healthcare-settings-in-the-context-of-the-novel-coronavirus-\(2019-ncov\)-outbreak?fbclid=IwAR3rXAcToob2pkx7AAQW4HtJUeL8Hk5t5ejTbH2yimvbG26sG-xnwOfPpxc](https://www.who.int/publications/i/item/advice-on-the-use-of-masks-in-the-community-during-home-care-and-in-healthcare-settings-in-the-context-of-the-novel-coronavirus-(2019-ncov)-outbreak?fbclid=IwAR3rXAcToob2pkx7AAQW4HtJUeL8Hk5t5ejTbH2yimvbG26sG-xnwOfPpxc)

## 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;

тешкотии во јасно комуникација;

да ги **потсети** луѓето дека треба да ги почитуваат



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

300000004379974  
Комерцијална банка Скопје  
[www.odnaszanas.com](http://www.odnaszanas.com)  
[info@odnaszanas.com](mailto:info@odnaszanas.com)  
+389 71 356 354

ЕМБС: 7146148  
ЕДБ: 4057019546477

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 загадување на уличните корпи и опасност по животната средина;

потешкотии во комуникацијата за глумите 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 околина.

Во врска со мерката – носење маска од страна на децата, СЗО во упатството од 21.8.2020 година, наведува дека: „Во моментот, степенот до кој децата придонесуваат за трансмисија на SARS-CoV-2, не е добро и комплетно разбран“ и исто така дека: „Доказите за придобивките и штетите на децата што носат



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

300000004379974  
Комерцијална банка Скопје  
[www.odnaszanas.com](http://www.odnaszanas.com)  
[info@odnaszanas.com](mailto:info@odnaszanas.com)  
+389 71 356 354

ЕМБС: 7146148  
ЕДБ: 4057019546477

маски за да го ублажат пренесувањето на КОВИД-19 и други коронавируси се ограничени“.

[https://www.who.int/publications/i/item/WHO-2019-nCoV-IPC\\_Masks-Children-2020.1](https://www.who.int/publications/i/item/WHO-2019-nCoV-IPC_Masks-Children-2020.1)

Земајќи ги предвид штетните ефекти од носењето маска, сметаме дека со воведувањето на т.н. мерки се врши атак на физичкото и 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, во општ случај, а особено во училиштата.

Здружението ОД НАС ЗА НАС Скопје ќе ја прати состојбата на терен, особено во училиштата, и ќе интервенира со правни средства на меѓународно ниво.

Со почит,

ОД НАС ЗА НАС Скопје