

## Медицинское Заключение Общественной Организации

«Независимая Ассоциация Врачей»

(г. Москва, OSVR-social@yandex.ru)

Начато: «6» июля 2020 года

Закончено: «16» июля 2020 года

В период заболеваемости вирусной пневмонией в Российской Федерации рекомендациями, решениями, указами и распоряжениями Роспотребнадзора, а также правительственными органами и губернаторами областей гражданам был рекомендован масочный режим для защиты от инфекций, в частности вызываемой 2019-nCoV.

«1» июля 2020 года в Общественную организацию «Независимая Ассоциация Врачей» для составления медицинского заключения поступили следующие документы и информация:

1. Заявление врача дерматолога Александра Сухарева о увеличении обращений пациентов с контактными и аллергическими дерматитами, экземой, и грибковыми и гнойничковыми поражениям кожи (<https://newsland.com/community/5392/content/iz-za-nosheniia-masok-i-perchatok-poiavilis-bolezni-kotorykh-vrachi-davno-ne-videli/7142773>)

2. Случай смерти двух школьников от внезапной остановки сердца на уроке физкультуры во время бега в маске вследствие недостатка кислорода в Китае. (<https://nypost.eom/2020/05/06/two-boys-drop-dead-in-china-while-wearing-masks-during-gym-class/>)

3. Заявление академика РАН Зверева В.В о том, что маска превращается в средство распространения инфекции (<https://zen.yandex.ru/media/tnv/akademik-ran-vitalii-zverev-nazval-vrednym-noshenie-masok-i-perchatok-na-ulice-5ecfce8a335fdd4d23a722a9t>

4. Мнение бывшего санитарного врача Москвы Н.Филатова о вреде масок [https://www.youtube.com/watch?v=Q50D\\_aok31Y](https://www.youtube.com/watch?v=Q50D_aok31Y)).

Специалистами, входящими в Международную общественную организацию «Независимая Ассоциация Врачей», было составлено данное медицинское заключение.

**На разрешение специалистов поставлены следующие вопросы:**

1. Эффективны ли медицинские маски в борьбе с вирусными инфекциями?
2. Снижает ли «масочный режим» заболеваемость вирусными инфекциями, поражающими легкие?
3. Может ли медицинская маска нанести вред здоровью человека при ее постоянном использовании?

Производство Медицинского Заключения поручено:

1. **Афанасьевой Юлии Дмитриевне** – врач-педиатр, детский онколог, имеющей высшее образование по специальности «педиатрия» (ВСГ №0053892, выдан 26 июня 2006 г.)
2. **Умаровой Лилии Александровне** – врач-рентгенолог высшей категории, имеющей высшее образование по специальности «лечебное дело» (ЭВ №765822, выдан 21.06.1996 г.)
3. **Лушавиной Алине Александровне** - врач-невролог, имеющей высшее образование по специальности «лечебное дело» (КЕ №80530, выдан 18 июня 2012 г.)

**При производстве исследования использовалась следующая нормативная и специальная литература:**

1. Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения "Центр гигиены и эпидемиологии в Красноярском крае. Правила использования

медицинской маски. Ссылка: <https://fbuz24.ru/News/Get/9337> (Приложение №1)

2. Временное руководство ВОЗ от 29 января 2020 г. Рекомендации по применению масок среди населения, в условиях ухода за заболевшим на дому и при оказании медицинской помощи в контексте вспышки нового коронавируса. Ссылка:

[https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/330987/WHO-nCov-IPC\\_Masks-2020.1-rus.pdf?fbclid=IwAR2WjhASWaXHtPoEXwQKibJhBWMVgBPwSO4MRM160Spr-UuBeBhEobACj\\_M](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/330987/WHO-nCov-IPC_Masks-2020.1-rus.pdf?fbclid=IwAR2WjhASWaXHtPoEXwQKibJhBWMVgBPwSO4MRM160Spr-UuBeBhEobACj_M) (Приложение №2)

3. Руководство Всемирной Организации Здравоохранения от 6 апреля 2020 г. "Рекомендации по использованию масок в контексте COVID-19. Временное руководство ВОЗ от 6 апреля 2020 г." Ссылка: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/73766756/>

4. Denis Rancourt. Masks Don't Work: A review of science relevant to COVID-19 social policy <http://ocla.ca/wp-content/uploads/2020/04/Rancourt-Masks-dont-work-review-science-re-COVID19-policy.pdf> (Приложение №3)

5. Shane Neilson, MD, PhD candidate in English and cultural studies. The surgical mask is a bad fit for risk reduction. CMAJ. 2016 May 17; 188(8): 606-607. Ссылка: <https://www.cmaj.ca/content/cmaj/188/8/606.full.pdf> (Приложение №4)

6. Joshua L Jacobs, Sachiko Ohde, Osamu Takahashi, Yasuharu Tokuda, Fumio Omata, Tsuguya Fukui. Use of Surgical Face Masks to Reduce the Incidence of the Common Cold Among Health Care Workers in Japan: A Randomized Controlled Trial. Am J Infect Control 2009 Jun; 37(5): 417-419. Ссылка: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19216002/> (Приложение №5)

7. Joshua L Jacobs, Sachiko Ohde, Osamu Takahashi, Yasuharu Tokuda, Fumio Omata, Tsuguya Fukui. Use of Surgical Face Masks to Reduce the Incidence of the Common Cold Among Health Care Workers in Japan: A Randomized Controlled Trial. Am J Infect Control 2009 Jun; 37(5): 417-419 Ссылка: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19216002/>

8. Laetitia Canini, Laurent Andreoletti, Pascal Ferrari, Romina D'Angelo, Thierry Blanchon, Magali Lemaitre, Laurent Filleul, Jean-Pierre Ferry, Michel Desmaizieres, Serge Smadja, Alain- Jacques Valleron, Fabrice Carrat. Surgical Mask to Prevent Influenza Transmission in Households: A Cluster Randomized Trial. PLoS One 2010 Nov 17; 5(11). Ссылка: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21103330/> (Приложение №6)
9. Mohammad Alfelali, National Centre for Immunisation Research and Surveillance, Elizabeth Ann Haworth University of Tasmania - Menzies Institute for Medical Research Facemask versus No Facemask in Preventing Viral Respiratory Infections During Hajj: A Cluster Randomised Open Label Trial. Preprints with The Lancet, 11 Mar 2019 ([https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract\\_id=3349234](https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=3349234))
10. Seongman Bae, MD, Min-Chul Kim, MD, Ji Yeun Kim, PhD, Hye-Hee Cha, BS, Joon Seo Lim, PhD, Jiwon Jung, MD, Min-Jae Kim, MD, Dong Kyu Oh, MD, Mi-Kyung Lee, MD, Seong-Ho Choi, MD, Minki Sung, PhD, Sang-Bum Hong, MD, Jin-Won Chung, MD, and Sung- Han Kim, MD. Effectiveness of Surgical and Cotton Masks in Blocking SARS-CoV-2: A Controlled Comparison in 4 Patients. Ann Intern Med. 2020 Apr 6 : M20-134 Ссылка: <https://www.acpjournals.org/doi/10.7326/M20-1342>
11. С точки зрения науки: помогают ли маски от вируса? Ссылка: <https://naked-science.ru/article/medicine/s-tochki-zreniya-nauki-pomogayut-li-maski-ot-koronavirusa> (Приложение №7)
12. Маски и дезинфекция. Опасные решения. Мнение доктора. Всероссийский онлайн форум. <https://youtu.be/iJgoG0ONpSM>
13. Форум американских врачей по лечению головных болей. Ссылка: <https://regnum.ru/news/innovatio/2958300.html>
14. From the Centers for Disease Control and Prevention. Cluster of Severe Acute Respiratory Syndrome Cases Among Protected Health-Care workers—Toronto, Canada, April 2003. JAMA. 2003 Jun 4;289(21):2788-9. Ссылка: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/12783898/> (Аналогичная информация о том,

что что респиратор снижает оксигенацию на 20 % находится также по ссылке: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/12807083/> (Приложение №8)

15. Effect of face veil on ventilator function among Saudi adult females. Pakistan Journal of Medical Sciences Online 28(1):71-74 January 2012. Ссылка: <https://www.thefreelibrary.com/Effect+of+face+veil+on+ventilatory+function+among+Saudi+adult+females.-a0281708858> (Приложение №9)

16. Raymond J Roberg, Jung-Hyun Kim, Stacey M Benson. Absence of Consequential Changes in Physiological, Thermal and Subjective Responses From Wearing a Surgical Mask. Respir Physiol Neurobiol, 2012 Apr 15;181(1):29-35. Ссылка: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22326638/> (Приложение №10)

## ИССЛЕДОВАНИЕ

У любого медицинского изделия есть способ применения и правила использования. В «Правилах использования медицинской маски» указаны показания для использования изделия - «использовать рассматриваемые средства защиты непосредственно больным так как внутри защитного предмета (маски), образуется благоприятная атмосфера (тёплая и влажная), способствующая размножению микроорганизмов. Попадая под предмет защиты (маску), микроорганизмы активно размножаются». Таким образом, «использование маски при отсутствии инфекции, увеличивает возможность заболевания». Пункт 10 правил гласит: «использованные маски подлежат обеззараживанию, как отходы класса Б или В». «Если причиной влажности изделия (маски) стали кашель, чиханье или дыхание - снимите его незамедлительно». Максимальное время использование маски — 2 часа, однако в медицинских образовательных учреждениях и при хирургических операциях — рекомендовано менять маску каждые 20 минут. [1]

В «Рекомендации по использованию масок в общественных местах... в контексте новой вспышки коронавируса (2019-nCoV)» от 29 января 2020 года эксперты ВОЗ сделали заключение, что лицам без респираторных симптомов заболевания медицинская маска не требуется, так как нет данных о её пользе

для защиты здоровых людей. [2] 6 апреля эксперты выпустили рекомендации по использованию медицинских масок в контексте COVID-19, где сказано, что «медицинская маска не требуется для тех, кто не болен, так как нет данных о ее полезности для защиты здоровых людей. Однако в некоторых странах маски можно носить в соответствии с местными культурными обычаями». [3] 9 июня ВОЗ заявила, что заражение коронавирусом от бессимптомных больных крайне редки. Если же человек болеет коронавирусом бессимптомно, то степень риска заразиться от него невысока. Об этом заявила представитель ВОЗ Мария ван Керкхов (техруководитель ВОЗ по Ковид-19) в ходе пресс-конференции в Женеве: «По имеющимся у нас данным по-прежнему редки случаи, когда бессимптомно болеющий человек передает вирус другому человеку». [4]

Нами было проанализировано большое количество рандомизированных исследований по использованию медицинских масок (вид исследования, в котором пациенты распределяются по группам случайным образом, что уменьшает возникновение определенных источников систематической ошибки).

В настоящий момент все выводы научных исследований по использованию масок единогласны в одном мнении — маски не снижают заболеваемость респираторно-вирусными инфекциями.

В работе канадского ученого Дени Ранкура приведен обширный список рандомизированных исследований медицинских масок. Ни одно из данных исследований не показало эффективность ношения маски или респиратора для медицинского персонала или населения. Таких исследований нет. Также нет данных об эффективности масок с точки зрения защиты от вирусной инфекции при ношении медицинских масок в общественных местах. При острых респираторно-вирусных заболеваниях основной путь передачи — аэрозольные частицы менее 2,5 микрометра. Технические характеристики медицинских масок и респираторов не позволяют задерживать частицы такого мелкого размера, вследствие чего их использование не эффективно. [5]

Канадское агентство общественного здравоохранения признало, что маска не показала эффективности при ее использовании в условиях пандемии заболеваний. [6] В рандомизированном исследовании в Токио, которое длилось 2,5 месяца среди медицинского персонала, был сделан вывод — средства индивидуальной защиты оказались неэффективными в предотвращении простудных заболеваний. [7] Во французском рандомизированном исследовании специалисты проверили влияние медицинских масок на заражение членов семьи, если ее постоянно носит больной гриппом человек. Исследование показало, что маска не оказала никакого влияния. [8] Крупнейшее исследование было проведено в Мекке, среди паломников, с участием 7000 человек. Ношение медицинских масок, по результатам исследования, повысило заболеваемость среди женщин и показало не только неэффективность масок при массовых скоплениях людей, но и их опасность для здоровья. [9]

В 2020 году в Корее проверили способность масок фильтровать частицы, содержащие вирус 2019-nCoV. По результатам исследования ни хирургические, ни хлопковые маски не фильтровали коронавирус во время кашля зараженных пациентов, так как частицы размером 0.04-0.2 мкм могут свободно проникать через любые маски. Вирусные частицы были обнаружены в большем количестве на внешней поверхности масок, чем на внутренней. [10]

Доктор Эли Перенцевич (Eli Perencevich) из Университета Айовы в США заявила, что здоровые люди не должны носить маску, так как нет свидетельств что данное действие их защищает. По ее наблюдениям люди носят маски неправильно и только повышают риски заболеть какой-либо инфекцией, так как постоянно касаются своих лиц маской. Респираторы (стандарта N95 или FFP, задерживающие 95% входящих микрочастиц) также не являются эффективны, так как используются неправильно. Согласно правилам их использования, перед съемом респиратора с лица нужно мыть руки, чего люди не делают и в итоге их шансы заболеть возрастают.

Дополнительным фактором риска использования таких респираторов является ложное чувство безопасности, предрасполагающее к снижению бдительности человека и утрате чувствительности по отношению к другим угрозам. [11]

11 июня 2020 года на канале ютуб «Биохакинг. Эволюция внутри» был проведен медицинский форум с участием различных специалистов высокого уровня, кандидатами медицинских наук, профессорами, инфекционистами и вирусологами. На форуме специалисты пришли к выводу, что маски не только не защищают от респираторно-вирусных заболеваний, но и вредны для населения. Постоянное использование масок здоровыми людьми приводит к развитию головных болей, головокружений вследствие развития гипоксии головного мозга, вызывает нарушения сна, депрессивные расстройства, кожные заболевания и усиливает имеющиеся заболевания бронхолегочной системы. Доктор медицинских наук, профессор, заслуженный врач РФ, инфекционист, член РАЕН Толоконская Наталья Петровна заявила: «Мы боимся, что вирус поражает легкие, но при этом легкие оказываются под прицелом дезинфектантов и становятся еще при этом инкубатором инфекций и дыхательная система оказывается под прицелом еще дезинфектанта, маски становятся инкубатором инфекции и затрудняют дыхание. То есть получается именно дыхательная система оказывается под давлением». [12]

Баранова Ирина Алесеевна кандидат медицинских наук, терапевт, дерматовенеролог, специалист интегративной медицины утверждает, что медицинские маски и респираторы влияют на психоэмоциональное самочувствие человека и угнетают функцию надпочечников. «Символизм в виде закрытого рта для обычного человека означает, что ты не можешь говорить что хочешь, тебе не дают права высказаться и это тяжелейшее эмоциональное состояние. Психосоматику никто не отменял и когда человеку не дают возможности высказать свое слово, мнение, идеи, то человек или приобретает новые заболевания, либо усиливает имеющиеся заболевания. У людей формируется агрессия и чувство дискомфорта, что влияет на



ухудшение самочувствия и приводит к обострению хронических заболеваний». [12]

В 2020 г. специалисты Американского общества головной боли изучили последствия ношения медицинской маски и пришли к выводу, что оно может провоцировать головные боли и усиливать гипоксию. В группе из 159 работников здравоохранения от 21 года до 35 лет у 81 % выявили эпизоды головной боли после ношения маски. Это было связано со снижением оксигенации крови и повышением уровня CO<sub>2</sub> в крови. [13] Ношение респиратора N95 может снижать оксигенацию крови до 20% по данным известных исследований.[14]

В 2012 году пакистанскими исследователями было выявлено, что свободный и беспрепятственный поток воздуха во время вдоха и выдоха является необходимым условием нормальной дыхательной функции. Любое патологическое или непатологическое состояние, нарушающее свободный воздушный поток, приводит к гиповентиляции и физиологической перегрузки сердечно-сосудистой системы и системы терморегуляции, а также является депривацией, т.е. помещает организм в условия лишения, нарушая его физиологически нормальное функционирование и подавляя нормальную работу психики. [15]

В Саудовской Аравии исследовали женщин, постоянно носящих никаб (мусульманский женский головной убор, закрывающий лицо, с узкой прорезью для глаз), ношение которого аналогично постоянному ношению медицинской маски. У женщин были понижены спирометрические показатели легких (жизненная ёмкость легких, максимальная вентиляция лёгких и объём форсированного выдоха). Чем больше часов они носили никаб, тем ниже были эти показатели. Пониженные спирометрические показатели обусловлены не только преградой воздуху, но и увеличением температуры кожи, температуры внутри никаба и повышенной влажности. Часть выдыхаемого углекислого газа оставалась внутри никаба, что приводило к дефициту кислорода, и увеличению частоты пульса. [15]

Национальная лаборатория средств индивидуальной защиты США выявила, что те, кто носил маску, жаловался на раздражение кожи, пощипывание на лице, ощущение жара, и накопления влаги под маской. В другом исследовании 12% детей и 38% взрослых сообщали о затрудненном дыхании в маске. Увеличение частоты дыхания было связано с тем, что маска прилипала к лицу и это требовало усиление дыхательных движений. Кроме того, ношение маски вызывало у испытуемых такие психопатологические состояния, как клаустрофобия и тревожность. Неприятные сенсорные ощущения, связанные с присутствием маски на лице, преобразовывались в стрессовые факторы и приводили к ощущению одышки и увеличению частоты дыхания. [16]

## **ВЫВОДЫ**

1. Не существует ни одного исследования, доказывающего эффективность ношения масок для защиты от респираторно-вирусных заболеваний, в том числе и 2019-нCoV.

2. «Масочный режим» не снижает заболеваемость вирусными инфекциями, поражающими легкие. Напротив, он увеличивает риск таких заболеваний, поскольку ограничивает беспрепятственный поток воздуха во время вдоха и выдоха, нарушая тем самым вентиляцию легких и создавая благоприятные условия для развития легочных инфекций.

3. Медицинская маска может нанести вред здоровью человека при ее постоянном использовании. Ряд исследований доказывает вред постоянного ношения масок в виде затруднения дыхания, обострения хронических бронхолегочных заболеваний, астмы, увеличения нагрузки на сердечно-сосудистую систему, появления дерматитов, экземы, грибковых заболеваний кожи, развития головных болей, гипоксии головного мозга, депрессий и нарушений сна, а также повышает риск развития таких психопатологических состояний, как тревожность и клаустрофобия.

## РЕКОМЕНДАЦИИ

1. Отменить указы и распоряжения федерального и местного уровня о тотальном масочном режиме ввиду его абсолютной неэффективности и опасности для здоровья людей.

3. Проводить просветительскую работу среди сотрудников администраций во избежание принятия ими антинаучных решений, которые наносят тяжкий вред здоровью людей.

4. Исключить из профилактических мер борьбы с распространением инфекционных респираторных заболеваний обязательное использование здоровыми (без проявления симптомов - признаков ОРВИ) гражданами медицинской маски в общественных местах.

5. Обеспечить население достоверной научной информацией о путях передачи вирусов, с целью формирования адекватного представления о заразности вирусных инфекций. В частности:

- вирус 2019-nCoV не передается человеку от здоровых носителей;
- передача вируса возможна воздушно-капельным путем при тесном общении на расстоянии менее 1,5 метров только от больного человека с признаками респираторной инфекции;
- заражение вирусом не значит заболевание. Заразившись вирусными инфекциями человек способен не заболевать ими;
- большинство заболевших людей переносят заболевание легко. Осложнения и смертельные исходы не возникают у всех заболевших, и не развиваются мгновенно;
- ношение масок повсеместно и постоянно вредит здоровью.

## ПРИЛОЖЕНИЯ:

1. Приложение №1. "Центр гигиены и эпидемиологии в Красноярском крае. Правила использования медицинской маски».

2. Приложение №2. «Временное руководство ВОЗ от 29 января 2020 г. Рекомендации по применению масок среди населения, в условиях ухода за заболевшим на дому и при оказании медицинской помощи в контексте вспышки нового коронавируса».

3. Приложение №3. Denis Rancourt. Masks Don't Work: A review of science relevant to COVID-19 social policy.

4. Приложение №4. Shane Neilson, MD, PhD candidate in English and cultural studies. The surgical mask is a bad fit for risk reduction. CMAJ. 2016 May 17; 188(8): 606-607

5. Приложение №5. Joshua L Jacobs, Sachiko Ohde, Osamu Takahashi, Yasuharu Tokuda, Fumio Omata, Tsuguya Fukui. Use of Surgical Face Masks to Reduce the Incidence of the Common Cold Among Health Care Workers in Japan: A Randomized Controlled Trial. Am J Infect Control 2009 Jun; 37(5): 417-419.

6. Приложение №6. Laetitia Canini, Laurent Andreoletti, Pascal Ferrari, Romina D'Angelo, Thierry Blanchon, Magali Lemaitre, Laurent Filleul, Jean-Pierre Ferry, Michel Desmaizieres, Serge Smadja, Alain- Jacques Valleron, Fabrice Carrat. Surgical Mask to Prevent Influenza Transmission in Households: A Cluster Randomized Trial. PLoS One 2010 Nov 17; 5(11).

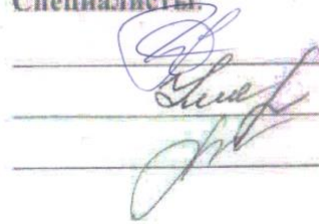
7. Приложение №7. Статья «С точки зрения науки: помогают ли маски от вируса?».

8. Приложение №8. From the Centers for Disease Control and Prevention. Cluster of Severe Acute Respiratory Syndrome Cases Among Protected Health-Care workers—Toronto, Canada, April 2003. JAMA. 2003 Jun 4;289(21):2788-9.

9. Приложение №9. Effect of face veil on ventilator function among Saudi adult females. Pakistan Journal of Medical Sciences Online 28(1):71-74 January 2012.

10. Приложение №10. Raymond J Roberg, Jung-Hyun Kim, Stacey M Benson. Absence of Consequential Changes in Physiological, Thermal and Subjective Responses From Wearing a Surgical Mask. Respir Physiol Neurobiol, 2012 Apr 15;181(1):29-35.

Специалисты:



Афанасьева Ю. Д. (reserv45@yandex.ru)

Умарова Л. А. (ivanaivanova1971@yandex.ru)

Лушавина А. А. (alina\_chemodanov@mail.ru)

