

각양각색 마스크, 언제 어떻게 써야 할까요?

"찬바람이 불고 일교차가 심해지면서 곳곳에서 쿵쿵쿵쿵 기침 소리가 들립니다.
감기와 인플루엔자의 계절이 온 것이지요?"

주위에 마스크를 쓰신 분들도 많이 보입니다.
그런데 마스크 종류와 목적이 다양해지면서 알맞은 마스크를 고르기도 쉽지 않습니다.
언제 어떤 마스크를 써야 하는 것일까요? "

경기도감염병관리지원단장 이 희 영

황사 마스크와 메르스 마스크는 다른가요?

마스크는 크게 공산품과 의약외품으로 나뉩니다. 공산품 마스크는 우리가 가장 흔하게 쓰는 방한용 천 마스크인 방한대(산업통산자원부 관리)와 산업용 방진마스크(고용노동부 관리)가 있습니다. 의약외품인 마스크는 보건용 마스크와 수술용 마스크가 있는데, 수술용 마스크에는 필터기능이 없고 부직포로 되어 일회용으로 쓰입니다. 보건용 마스크는 미세먼지 차단과 필터기능이 있는데, KF80, KF94, KF99, N95 등의 표시가 되어 있는 것입니다. 황사, 메르스 마스크는 모두 필터 기능이 있는 보건용 마스크입니다.

마스크를 왜 써야 하나요?

우리가 마스크를 쓰는 이유는 외부 유해물질로부터 호흡기를 보호하는 목적과 내가 외부로 유해물질을 내보내지 않는 목적이 동시에 있습니다.

‘철벽방어’를 위한 마스크

먼저 보호의 목적이라면 보건용 마스크의 숫자를 살펴봐야 합니다. KF는 Korea Filter의 약자로 KF80이라는 표시는 미세입자(평균 입자크기 0.6 μm)를 80%이상 차단한다는 의미입니다. 메르스 유행 당시 많이 썼던 N95 마스크는 미국 NIOSH의 분류기준에 따른 것으로 마찬가지로 숫자가 차단율을 의미하여 KF94와 유사하다고 보시면 됩니다. 황사나 미세먼지를 막는 목적이 아닌 감기, 인플루엔자 바이러스 등의 침입을 막기 위해 병원이 아닌 일반적인 환경에서 필터 기능의 마스크까지를 권고하지는 않습니다. 신종플루 유행 때와 같이 인플루엔자 대유행 시에 감염자가 많아졌을 경우는 일반 환경에서도 감염 위험이 높은 경우(노인, 소아, 혼잡한 대중교통 등) 수술용 마스크 정도를 권고합니다. 물론 병원 의료진의 경우는 호흡기 감염병 유행시 필터기능이 있는 마스크 착용이 권고됩니다.

‘배출금지’를 위한 마스크

마스크를 쓰는 두 번째 목적인 외부로의 배출을 막는 기능은 천 마스크인 방한대와 보건용 마스크에 모두 있습니다. 기침을 하는 순간 나오는 비말(droplet)은 최대 초당 8m 정도의 속도로 퍼져나간다고 합니다. 이를 막는 효과적인 방법 중 하나가 마스크인데, 문제는 마스크가 비말이 묻은 채로 유지된다는 것입니다. 기침예절에서는 손으로 가리지 않고 휴지나 손수건으로 입과 코를 가리며, 휴지나 손수건이 없는 경우 옷소매 위쪽으로 가리라고 권고합니다. 또한 사용한 휴지는 휴지통에 버리고 흐르는 물에 비누로 손씻기까지가 포함됩니다. 막는 기능은 마스크로도 가능하지만, 배출물을 손에 닿지 않게 버린 후 손씻기까지 시행하는 것이 중요합니다. 기침이 계속될 때 공공 장소에 가거나 사람들을 만나야 한다면, 최소한의 대책으로 마스크 착용이 필요하며 이 때 마스크는 방한용으로도 가능합니다. 하지만 기침으로 다른 사람을 감염시키는 것을 막기 위해서는 기침예절이 먼저라는 사실을 꼭 기억해 주십시오.