# 新型冠状病毒的传播，戴口罩真的有用吗？

还有那些预防措施呢？欢迎留言讨论。

https://www.zhihu.com/question/367137465

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 好问题数 | 评论数 | 答案数 |
| 9 | 1 | 91 |

## 热门回答

### 回答1

点赞数1049

评论数110

内容：  
<p>刚刚坐车，听到几个大妈好像对我带着口罩有意见。</p><p class="ztext-empty-paragraph"><br/></p><p>说成都这里离武汉远，没必要大题小做。</p><p class="ztext-empty-paragraph"><br/></p><p>我取下口罩说，主要是前几天去过武汉，身体有点不舒服。</p><p class="ztext-empty-paragraph"><br/></p><p>带上口罩是为了防止感染其他人</p><p class="ztext-empty-paragraph"><br/></p><p>我看到那几个大妈，露出了找震惊的表情，身体不由自主的推后了几米。</p><p class="ztext-empty-paragraph"><br/></p><p>我突然意识到到，退后的那几米，是一个灵魂对另一个灵魂的脱帽致敬。</p><p class="ztext-empty-paragraph"><br/></p><p>天气真好，人间真好</p><p>1月21日，晴，成都</p><p></p>

### 回答2

点赞数283

评论数50

内容：  
<p>病毒是最微小的生物不假，但它们并没有在体外移动的能力，所以它们到底是怎么传播的？ 比如艾滋病毒，是因为有体液（血液/精液）接触，相当于直接把病毒吸进了身体。 但其他非接触的病毒是怎么传播的呢？ 比如冠状病毒，并没有人和患者接吻/亲密接触，为什么可以在地铁、在房间里传播？</p><p>这是因为，冠状病毒能在喷嚏飞沫中存活。 飞沫落到健康人的口腔、鼻腔、眼睑上，其中携带的病毒就可以透过这些地方的皮肤粘膜侵入人体。 所以，在公众场合需要戴口罩遮住自己的口鼻，不要让飞沫飞进来。 眼睛怎么办？相对而言，通过眼睛感染的几率不大，毕竟有眼皮遮挡。 如果实在担心，可以戴眼镜阻挡。</p><p>另外，手上其实更容易沾染飞沫。不过手部皮肤厚，没有粘膜，病毒钻不进来。 但如果用沾了病毒的手去擦眼睛，或者拿东西吃……结果你是知道的。 同样的道理，外出穿的衣服，回家之后最好赶紧换掉。 所以说戴口罩只是一方面，勤洗手、外出回家以后换衣服，也是非常重要的。</p><p>再说回口罩。 虽然口罩可以挡住口鼻，但别忘了，飞沫一旦落到口罩外面，它是不会再飘走的。 而且由于鼻子一直都要吸气，相当于是把周围的空气往口罩上吸。 也就是说，出去走一趟，口罩外层就可能沾了满满一层（看不见的）飞沫（以及病毒）。 你可能想问，吸气的时候，这些病毒会不会跟随吸气往里钻呢？ 你说会不会呢……</p><p>但是幸好，还是一开始说的，病毒自己并不能移动，它还是要跟着飞沫往里钻。 而飞沫（=液体）在口罩夹层里的移动是需要时间的。 当然，具体时间多长，受到各种因素的影响，不好估算。 不过通常的意见是，感觉口罩有点潮湿的时候，差不多就可以扔掉了。</p><p>现在有些自媒体宣传要买专业的病毒防护口罩。 从严密防护的角度来说，当然是不错的。 病毒防护口罩的过滤层孔眼非常小，足以阻挡病毒通过。 但是，孔眼太小会带来一个问题：空气通过的速度也会减慢。 所以戴这种口罩的直观感受就是，吸口气真累…… 至于价格也很高这种事情就不说了。</p><p>最后总结一下： 一次性口罩的作用是阻挡飞沫，专业口罩的作用是过滤病毒。 至于该选哪个，大家可以从自己的需要出发自行选择。 重点在于，不要人云亦云，要搞清楚背后的原理，才能做出合适的选择。 再有就是，千万不要以为戴口罩就能高枕无忧，洗手换衣更重要！</p><p><br/> </p>

### 回答3

点赞数324

评论数38

内容：  
<p></p><p class="ztext-empty-paragraph"><br/></p><p class="ztext-empty-paragraph"><br/></p><p class="ztext-empty-paragraph"><br/></p><p class="ztext-empty-paragraph"><br/></p><p class="ztext-empty-paragraph"><br/></p><p class="ztext-empty-paragraph"><br/></p><p class="ztext-empty-paragraph"><br/></p><p class="ztext-empty-paragraph"><br/></p><p class="ztext-empty-paragraph"><br/></p><p class="ztext-empty-paragraph"><br/></p><p class="ztext-empty-paragraph"><br/></p><p class="ztext-empty-paragraph"><br/></p><p class="ztext-empty-paragraph"><br/></p><p class="ztext-empty-paragraph"><br/></p><p class="ztext-empty-paragraph"><br/></p><p class="ztext-empty-paragraph"><br/></p><p class="ztext-empty-paragraph"><br/></p><p><b>附录：</b></p><p><b>1、 到底选不选带呼吸阀的口罩？</b></p><p>从保护自己的角度来看，带不带呼吸阀都是N95级别的口罩，对病毒防护无影响，且带呼吸阀的口罩佩戴起来舒适度会高很多；从保护他人的角度来看，如果自己是疑似感染者，要选择不戴呼吸阀的，这样病毒会经过完整的过滤，不会感染他人。</p><p><b>2、 如果买不到推荐的两种口罩怎么办？</b></p><p>目前口罩紧俏，不少N95、外科口罩已经卖断货，那么记住，虽然有些口罩防护效果没那么好，但是戴了就比不戴强。普通医用口罩，就是文章中提到的双层的那种，当然也管用，多戴几层也能起到一定防护作用。</p><p><b>3、 比起戴口罩，要更加注意手部卫生！</b></p><p>病人咳嗽产生的飞沫可附着在物体表面，人摸了后可能会通过手感染病毒，因此手卫生是国内外公认的降低感染的最有效措施。洗手的时候，要用肥皂和清水搓洗20秒以上，记不住的就唱2遍生日快乐歌，差不多是20秒。没有条件时可使用免洗洗手液清洁双手。</p><p class="ztext-empty-paragraph"><br/></p><p>策划：网易健康-身体密码破译局</p><p>作 者：局 长</p><p>创 意：耿乙文</p><p>插画师：王 漫</p><p></p><p></p>

### 回答4

点赞数995

评论数106

内容：  
<h2>更新：发现几个可以买到口罩的渠道，跟大家分享一下↓</h2><p>1、3Q京东自营旗舰店。</p><p>每天15点预约，20点抢购，需要提前实名认证进行预约。</p><p>2、拼多多app首页，每天15点和21点会有口罩抢购活动。</p><p>主要是一次性医用外科口罩，一般是10个25元或者20个43元，而且包邮，这个时间节点可谓良心。</p><p>3、网易考拉。</p><p>app首页有口罩抢购，但价位太多，有刚需的同学可以去看看。</p><p>另外网易有3M现货，一只合38元左右，我没买，有需要的可以瞧瞧。</p><p>4、苏宁易购。</p><p>苏宁app每天11点、15点、19点、21点有欧标FFP2口罩抢购，价位还算可以。</p><p>另外app首页还有69元2L的酒精，价格贵了点，但是现货，我周二买的周四送到。</p><p>觉得贵可以去拼多多看看，有稍微便宜点的，很多是拼多多百亿补贴商品，还是比较靠谱的。</p><h2>更多防疫用品推荐，我在喵喵折APP做了专题会不断更新，有需要的同学可以去看看。</h2><hr/><p>以下原回答↓</p><p>戴口罩是有用的，但要选择KN95级的口罩。</p><p>KN95级口罩针对最易穿透颗粒物的过滤效率是95%，最易穿透颗粒物直径是0.3微米，比它大或比它小的都很容易被拦截。</p><p>而冠状病毒直径普遍在0.1微米左右，冠状病毒通过飞沫传播，飞沫直径1-5微米，这两个直径KN95口罩都可以防护。</p><p>实际上还有过滤效率更高的KN100，过滤效率100%但是呼吸阻力太大，大部分人都不适合用。</p><p>补充：除了KN95外还可以选择FFP2级别的口罩。</p><p>FFP是欧标，相比国标多了对油性颗粒物的过滤效率，FFP2级的过滤效率是94%，FFP3的过滤效率是99%。</p><p>更新：昨天晚上钟南山院士说，预防新型冠状病毒，戴口罩还是有用的，听说N95口罩已经卖到脱销，实际上并不一定非要戴N95口罩。</p><p>因为病毒不是单独存在的，常常是存在飞沫中的，一般的口罩是能阻挡大部分带有病毒的飞沫进入呼吸道的。</p><h2>给大家推荐一些口罩品牌。</h2><p><b>1、3M</b></p><p>3M口罩型号众多，推荐KN95系列的9501V、9502V，都有呼吸阀，一款是耳戴式、一款是头戴式。</p><div class="RichText-MCNLinkCardContainer"><a class="MCNLinkCard" data-draft-node="block" data-draft-type="mcn-link-card" data-mcn-app-schema-android="" data-mcn-app-schema-ios="" data-mcn-goods-type="" data-mcn-id="1202604531307274240" data-mcn-skuid="100000287403" data-mcn-source="京东" data-za-detail-view-name="1202604531307274240" data-za-not-track-link="true" href="https://union-click.jd.com/jdc?e=jdext-1202604531307274240-0&amp;p=AyIGZRprFQMTBlQaWBwEFwZXKx9KWkxYZUIeUENQDEsFA1BWThgOTkRHXE4ZVRpaFAMTBFwdXhQADV4QRwYlAhZvU20bbX9wfhESDBNZSmUuQSxvRB4LZRtSFQAaBlQbXBYyEgZUG18QAREBVCtrFQciUTsbWhQDEgJSElIWMhM3VR9dHQYTBVYcWRMBEjdVE18l1LyTgJPkzLK30f%2B1jpiyx47%2Bz%2BWTMiI3VisAQFZbQkkbWBQBFQZQH1kVABMBVh1eFgcTG1QrWxQDEgFdHl4QBXwGOxtTFgQbAlMYXRYyEjdVKwRRX083VxpaFwA%3D" rel="noopener noreferrer" target="\_blank"><div class="MCNLinkCard-card"><div class="MCNLinkCard-cardContainer"><div class="MCNLinkCard-imageContainer MCNLinkCard-imageContainer--square"><img alt="" class="MCNLinkCard-image" src="https://pic2.zhimg.com/v2-d9e467e00be5c2561f6d3cc219e810c3\_hd.jpg?source=b555e01d"/></div><div class="MCNLinkCard-info"><div class="MCNLinkCard-titleContainer"><div class="MCNLinkCard-title">3M 9132医用口罩防肺结核杆菌</div></div><div class="MCNLinkCard-source">京东</div><div class="MCNLinkCard-tool"><div class="MCNLinkCard-toolLeft"><div class="MCNLinkCard-price"><span>¥ 168.00

### 回答5

点赞数17

评论数106

内容：  
<p>2019冠状病毒病（COVID-19）是由首次传入人类的新冠状病毒引起的传染病。它主要通过感染者说话、咳嗽或打喷嚏时产生的飞沫在人与人之间传播。</p><p>近日，世界卫生组织（WHO）官方发布了此简短的中文字幕动画（诚意满满），可以通过它来了解有关2019冠状病毒病的更多信息以及如何如何自我防范。</p><div><div class="RichText-video" data-za-detail-view-path-module="VideoItem" data-za-extra-module='{"card":{"content":{"type":"Video","sub\_type":"SelfHosted","video\_id":"1218918273754009600","is\_playable":true}}}'><div class="VideoCard VideoCard--interactive"><div class="VideoCard-layout"><div class="VideoCard-video"><div class="VideoCard-video-content"><div class="VideoCard-player"><iframe allowfullscreen="" frameborder="0" src="https://www.zhihu.com/video/1218918273754009600?autoplay=false&amp;useMSE="></iframe></div></div></div><div class="VideoCard-content"><div class="VideoCard-title">新冠病毒的传播方式和预防措施</div></div></div><div class="VideoCard-mask"></div></div></div></div><p>编辑 | Matteo</p>