

**ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΑΝΤΕΝΔΕΙΞΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗ ΧΡΗΣΗ ΜΑΣΚΑΣ ΛΟΓΩ ΠΑΘΗΣΕΩΝ,  
ΣΕ ΧΩΡΟΥΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ, ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΠΑΝΔΗΜΙΑ COVID-19  
ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΤΗΣ ΠΟΛΙΤΕΙΑΣ ΚΑΙ ΤΩΝ ΠΟΛΙΤΩΝ ΚΑΙ  
ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ ΑΠΟ ΤΗ ΣΚΟΠΙΑ ΤΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ ΤΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ**

**Δρ Θεόδωρος Μπάζας<sup>1</sup>, Δρ Ευθύμιος Θανασιάς<sup>2</sup> και Δρ Θ.Κ. Κωνσταντινίδης<sup>2</sup>**

1. Δρ Θεόδωρος Μπάζας, MD, PhD, MSc (London), FFOM (RCP, London), DIH (Engl), Ειδικός Ιατρός της Εργασίας, Ανώτερο Μέλος (και Κριτής Διατριβών) της Σχολής Ιατρικής της Εργασίας του Βασιλικού Κολλεγίου Ιατρών του Λονδίνου, Εκπρόσωπος του Πανελληνίου Ιατρικού Συλλόγου (ΠΙΣ) (και Συντονιστής Ομάδας Εργασίας) στο Τμήμα Ιατρικής της Εργασίας της Ευρωπαϊκής Ένωσης Ειδικών Ιατρών, Μέλος της Διεθνούς Επιτροπής Ιατρικής και Υγιεινής της Εργασίας, Μέλος της Επιτροπής Υγείας και Πρόνοιας και Υπεύθυνος του Γραφείου Συμβουλών Υγιεινής της Εργασίας του Δήμου Φιλοθέης - Ψυχικού (Αθήνα), πρώην μόνιμος (με πλήρη απασχόληση) Περιφερειακός Σύμβουλος του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας για τις Μη Μεταδοτικές Ασθένειες, για την Περιφέρεια της Ανατολικής Μεσογείου και πρώην Μέλος της Συμβουλευτικής Επιτροπής Εμπειρογνομόνων για την Ιατρική και την Υγιεινή της Εργασίας του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας, πρώην Αντιπρόεδρος της Ελληνικής Εταιρείας Ιατρικής της Εργασίας και Περιβάλλοντος (ΕΕΙΕΠ). 2. Δρ Ευθύμιος Θανασιάς, MD, PhDc, MPH, Ειδικός Ιατρός της Εργασίας, Επικεφαλής Ελεγκτής του Διεθνούς Οργανισμού Τυποποίησης (πιστοποιημένος από τον Γερμανικό Οργανισμό Πιστοποίησης Ποιότητας) για τα ISO 9001, ISO 45001, ISO 1522, για την Ελλάδα και την Κύπρο. 3. Δρ Θ.Κ. Κωνσταντινίδης, MD, PhD, Καθηγητής Ιατρικής Δ.Π.Θ., Διευθυντής του Εργαστηρίου Υγιεινής και Προστασίας Περιβάλλοντος Ιατρικής Δ.Π.Θ., Διευθυντής και Επιστημονικά Υπεύθυνος του Προγράμματος Μεταπτυχιακών Σπουδών «Υγιεινή και Ασφάλεια της Εργασίας» και του Προγράμματος Μεταπτυχιακών Σπουδών «Πρωτοβάθμια Φροντίδα Υγείας», που οργανώνονται από το Τμήμα Ιατρικής Δ.Π.Θ., πρώην Πρόεδρος και Γενικός Διευθυντής του Ελληνικού Ινστιτούτου Υγιεινής και Ασφάλειας της Εργασίας (ΕΛ.ΙΝ.Υ.Α.Ε.), Πρόεδρος Ελληνικής Εταιρείας Ιατρικής της Εργασίας και Περιβάλλοντος (ΕΕΙΕΠ), Πρόεδρος της Επιτροπής Εξετάσεων Ειδικότητας Ιατρικής Εργασίας, Πρόεδρος της Διαρκούς Επιτροπής Κρίσης Βαρέων και Ανθυγιεινών Επαγγελματιών.

Στη χώρα μας, στην παρούσα φάση της πανδημίας COVID-19, επιπλέον από την τήρηση απόστασης 1,5 - 2,0 μέτρων μεταξύ των ατόμων και το συχνό πλύσιμο ή την απολύμανση των χεριών, γενικεύεται, με Πράξη Νομοθετικού Περιεχομένου (ΠΝΠ «Έκτακτα μέτρα για την ενίσχυση των αστικών συγκοινωνιών, την προμήθεια μέσων ατομικής προστασίας και την πρόσληψη προσωπικού καθαριότητας των σχολικών μονάδων, τη στήριξη των τουριστικών επιχειρήσεων και της αγοράς εργασίας και την ενίσχυση της». ΦΕΚ 161/Α/22.08.2020) η υποχρέωση χρήσης μάσκας από τους εργαζομένους σε χώρους εργασίας. Όσοι εργαζόμενοι συγκαταλέγονται στις καθορισμένες από Κοινή Υπουργική Απόφαση (ΚΥΑ αριθμ. ΔΙΔΑΔ/Φ. 64/341/9188/2020, ΦΕΚ 1800/Β/11.05.2020) κατηγορίες εργαζομένων είτε δεν εργάζονται, είτε εργάζονται εξ αποστάσεως, και συνεπώς δεν την χρησιμοποιούν. Ωστόσο, πολλές χιλιάδες απασχολούμενοι σε χώρους εργασίας πρέπει να τη φορούν υποχρεωτικά και συνεχώς, και να τηρούν την προαναφερόμενη απόσταση, σύμφωνα με τις διατάξεις του νόμου. Ορισμένοι από αυτούς είτε ανησυχούν, γιατί πιστεύουν ότι εξ αιτίας της θα υποφέρουν από κάποια πάθηση, είτε αισθάνονται απλώς δυσφορία. Σε υγιείς εργαζομένους, σύμφωνα και με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, η παρατεταμένη σωστή χρήση της, εφόσον προσαρμόζεται ορθά στο πρόσωπο και αντικαθίσταται όταν υγρανθεί, δεν προκαλεί διαταραχές της υγείας (World Health Organisation - WHO: COVID-19 advice for the public: Mythbusters. <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/mythbusters#oxygen>). Λίγες ημέρες μετά την έναρξη της καθημερινής, οκτάωρης χρήσης μάσκας, η τυχόν αρχική δυσανεξία σε αυτήν υποχωρεί, σταδιακά, τελειώνει.

#### **ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΧΡΗΣΗ ΜΑΣΚΑΣ ΠΟΥ ΧΡΗΣΟΥΝ ΕΙΔΙΚΗΣ ΘΕΩΡΗΣΗΣ**

Ωστόσο, η χρήση μάσκας επί μεγάλο διάστημα, ιδιαίτερα κατά την άσκηση ορισμένων επαγγελματιών υπό ειδικές συνθήκες, αντενδείκνυται ιατρικώς όταν ο εργαζόμενος πάσχει από συγκεκριμένα νοσήματα σωματικά ή ψυχικά, τα οποία η χρήση της πιθανώς μπορεί να τα επιδεινώσει (ακόμα και σε βαθμό επείγοντος περιστατικού) ή να οδηγήσει σε πρόκληση εργατικού ατυχήματος (που ενδέχεται να εμπλέξει τον ίδιο τον πάσχοντα ή και άλλους ευρισκόμενους στον ίδιο χώρο εργασίας, ή τις εγκαταστάσεις της επιχείρησης) σύμφωνα και με το Κέντρο Ελέγχου Νοσημάτων των ΗΠΑ (Centers for Disease Control and Prevention - CDC: Considerations for wearing masks. [www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/cloth-face-cover-guidance.html](http://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/cloth-face-cover-guidance.html)).

Εργαζόμενοι σε οποιοδήποτε επάγγελμα, ανεξάρτητα από τις συνθήκες εργασίας κατά την άσκησή του, πιθανώς να μην πρέπει να φορούν μάσκα στην εργασία τους, παρατεταμένα και καθημερινά, μόνο αν πάσχουν από ορισμένα νοσήματα, των οποίων η βαρύτητα καθιστά ιατρικώς απαραίτητη τη μη χρήση της. Επιπλέον όμως, από τη σκοπιά της ιατρικής της εργασίας, σημειώνουμε ότι ιδιαίτερα για εργαζομένους που πάσχουν από συγκεκριμένες ασθένειες, οι οποίοι απασχολούνται σε ορισμένα επαγγέλματα, κάτω από ειδικές, αντίξοες συνθήκες, είναι αυξημένη η αντένδειξη για τη χρήση μάσκας.

*Σχετικώς επισημαίνουμε, ειδικότερα, τις ακόλουθες κατηγορίες εργαζομένων:*

1. Εργαζόμενοι σε επαγγέλματα όπου η εργασία απαιτεί ιδιαίτερη μυϊκή προσπάθεια, επαναλαμβανόμενη επί πολλές ώρες, ή εκτελείται σε θερμό περιβάλλον:

A. Εργαζόμενοι σε εξωτερικούς χώρους π.χ. σε αγροτικά επαγγέλματα, οικοδομικές εργασίες, έργα οδοποιίας, κηπουρικές εργασίες, ταχυδρομικοί διανομείς, σερβιτόροι, αθλητές,

B. Εργαζόμενοι σε εσωτερικούς χώρους π.χ. αρτοποιοί, μάγειροι, ψήστες, εργαζόμενοι κοντά σε κλιβάνους, καυστήρες ή μηχανήματα που παράγουν πολύ θερμότητα, σε αποθήκες, και άλλοι (United States Department of Labour. Occupational Safety and Health Administration - OSHA: Heat. Working in Outdoor and Indoor Heat Environments. <https://www.osha.gov/SLTC/heatstress/>). Σε αυτούς τους εργαζόμενους η χρήση της μάσκας μπορεί να προκαλέσει δυσκολία στην αναπνοή, σημαντική εφίδρωση και δυσφορία.

2. Εργαζόμενοι σε επαγγέλματα όπου η μάσκα μπορεί να προκαλέσει εργατικό ατύχημα, π.χ. όπου τα κορδόνια της μάσκας μπορεί να πιαστούν σε κάποιο μηχανήμα που αυτοί πρέπει να χειρίζονται στο χώρο εργασίας.

Ο κατάλογος των ανωτέρω αναφερομένων επαγγελματιών, είναι ενδεικτικός και όχι εξαντλητικός.

Ορισμένα νοσήματα και ενοχλήματα (συμπτώματα και σημεία) η χρήση μάσκας πιθανώς θα τα επιδεινώσει (ακόμα και μέχρι το βαθμό να χρειασθεί επείγουσα ιατρική φροντίδα), ή θα έχει ως αποτέλεσμα την πρόκληση κινδύνου για εργατικό ατύχημα (Centers of Disease Control and Prevention - CDC: Considerations for wearing masks. [www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/cloth-face-cover-guidance.html](http://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/cloth-face-cover-guidance.html)).

*Εφιστούμε την προσοχή στις ακόλουθες παθήσεις και ενοχλήματα (συμπτώματα και σημεία) που, ανάλογα με τη βαρύτητά τους, μπορεί να συνιστούν, υπό την έποψη της ιατρικής της εργασίας, ιατρική αντένδειξη για τη χρήση μάσκας, από εργαζομένους σε οποιοδήποτε επάγγελμα:*

1. Δυσκολία στην αναπνοή εξαιτίας της χρήσης μάσκας από π.χ.

A. παρεκτόπιση του οστέινου ρινικού διαφράγματος, αδενοειδείς εκβλαστήσεις, παραμόρφωση ή τραυματισμός του προσώπου, αλλεργική ρινίτιδα, ρινικό κατάρρου (σε εργασία με έκθεση σε εναλλασσόμενο ψυχρό και θερμό περιβάλλον),

B. μη ελεγχόμενο βρογχικό άσθμα ή χρόνια αποφρακτική πνευμονοπάθεια, όπου, όμως, σε ορισμένες περιπτώσεις, η μη χρήση μάσκας μπορεί να έχει ως αποτέλεσμα ο πάσχων εργαζόμενος να έχει περισσότερες πιθανότητες να προσβληθεί από τον COVID-19 και να τον μεταδώσει σε άλλους στο χώρο εργασίας του (και συνεπώς θα πρέπει να γίνει προηγουμένως ιατρική εκτίμηση της σχέσης του κόστους (δηλαδή της χρήσης ή μη μάσκας) ως προς την ωφέλεια (δηλαδή την πιθανότητα μη προσβολής από τον κορονοϊό) βασισμένη και σε αποτελέσματα εξέτασης για την εκτίμηση της οξυγόνωσης – ή καλύτερα για τον κορεσμό σε οξυγόνο – στο αίμα (οξυμετρίας) (Dorfman D. and Raz M. Mask exemptions during the COVID-19 pandemic - A new frontier for clinicians. <https://jamanetwork.com/channels/health-forum/fullarticle/2768376?resultClick=1>).

2. Έγκαυμα, ή δερματοπάθεια με εξάνθημα στο πρόσωπο (π.χ. ακμή, θυλακίτιδα, αλλεργική δερματίτιδα, έκζεμα, λύση συνέχειας του δέρματος, οίδημα, πομφόλυγες). Η χρήση της μάσκας μπορεί να επιδεινώσει τη δερματοπάθεια ή, σε ορισμένες περιπτώσεις, μπορεί ακόμα και να την προκαλέσει.

3. Κώφωση, βαρηκοΐα (όπου θα πρέπει να εξετασθεί η δυνατότητα χρήσης διαφανούς μάσκας, ή γραπτής επικοινωνίας από τους πάσχοντες, και η μη χρήση μάσκας και από τους υγιείς συνεργαζόμενους με τους πάσχοντες, ώστε οι πάσχοντες να μπορούν να αντιλαμβάνονται τι τους λένε κάνοντας χειλοανάγνωση).

4. Νοητική καθυστέρηση, ψυχιατρικές παθήσεις μη ελεγχόμενες.

5. Οποιαδήποτε αναπηρία, εξαιτίας της οποίας ο εργαζόμενος δεν δύναται να αφαιρέσει τη μάσκα του.

Ο κατάλογος των ανωτέρω παθήσεων είναι ενδεικτικός και όχι εξαντλητικός.

Αν πιστοποιηθεί, ότι ο εργαζόμενος που έχει μια από τις παραπάνω παθήσεις, απασχολείται σε εργασία εντατική και κοπιώδη, όπου οι συνθήκες εργασίας επιβαρύνουν τον οργανισμό του (π.χ. σε ένα από τα προαναφερθέντα επαγγέλματα), μπορεί να κριθεί ιατρικώς πως, μολονότι η βαρύτητα της πάθησής του δεν είναι μεγάλη, αυτή συνιστά αντένδειξη για τη χρήση μάσκας

### **ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ ΣΧΕΤΙΚΕΣ ΜΕ ΤΗ ΜΗ ΧΡΗΣΗ ΜΑΣΚΑΣ ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΟΥΣ**

1. Οι εργοδότες, τα διευθυντικά στελέχη, οι εργαζόμενοι και όλοι οι ιατροί, να ενημερωθούν λεπτομερώς και εγγράφως για όλα τα ανωτέρω.

2. Οι εργαζόμενοι που ασκούν επάγγελμα σε κάποιον από τους παραπάνω χώρους εργασίας ή πάσχουν από μια από τις παραπάνω παθήσεις, να δύναται (αν θεωρούν ότι συντρέχουν λόγοι υγείας) να ζητήσουν από τον εργοδότη να εργάζονται χωρίς να φορούν μάσκα, προσκομίζοντας σε αυτόν ιατρικό πιστοποιητικό, όπου ο ιατρός θα βεβαιώνει ότι ο εργαζόμενος δεν θα πρέπει να φορά μάσκα για ιατρικούς λόγους.

Η ιατρική πιστοποίηση της νόσου και η γνωμάτευση, όπου θα αποτυπώνεται η άποψη για το αν ο εργαζόμενος μπορεί ή δεν πρέπει να χρησιμοποιεί μάσκα κατά την εργασία του, να γίνεται από ιατρό της εργασίας, αν αυτός απασχολείται στην επιχείρηση/οργανισμό, ο οποίος είναι ο πλέον κατάλληλος για να συνεκτιμήσει:

A. τη σοβαρότητα της πάθησής του αιτούντα τη μη χρήση μάσκας,

Β. αν η πάθηση προκλήθηκε ή επιδεινώθηκε από τη χρήση της, ή αν η πάθηση μπορεί να προκληθεί εξαιτίας της στον αιτούντα, ανεξάρτητα ή σε συνδυασμό με τις συγκεκριμένες συνθήκες εργασίας του, και

Γ. τις συνθήκες (περιβάλλον, τρόπο και οργάνωση) εργασίας του αιτούντα στην επιχείρηση. Ο ιατρός της εργασίας, αν το κρίνει απαραίτητο, να επικοινωνεί και να παραπέμπει τον εργαζόμενο σε ιατρό ειδικό για την πιθανή πάθησή του, πριν προβεί στη γνωμάτευση, λαμβάνοντας υπόψη και το αποτέλεσμα της εξέτασης από τον ειδικό ιατρό (π.χ. ψυχίατρο, δερματολόγο, πνευμονολόγο).

Επίσης, αυτός να συμβουλεύει και να συνεργάζεται με τον εργοδότη, για τον τρόπο τυχόν εφικτής τροποποίησης της εργασίας του εργαζόμενου (π.χ. υιοθέτηση εξ αποστάσεως εργασίας, ή εργασίας όπου δεν θα έρχεται σε επαφή με άλλους) όταν αυτός δεν θα φορά μάσκα.

Αν δεν απασχολείται ιατρός της εργασίας στην επιχείρηση, ιατρός ειδικότητας σχετικής με την πάθηση του εργαζόμενου (π.χ. ψυχίατρος, δερματολόγος, πνευμονολόγος), να μπορεί να χορηγήσει το ιατρικό πιστοποιητικό και τη γνωμάτευση ως ανωτέρω, αφού ο εργοδότης του αποστείλει υποχρεωτικά λεπτομερή περιγραφή της θέσεως, του χώρου εργασίας, των καθηκόντων και των συνθηκών εργασίας του εργαζόμενου.

Επίσης ο πιστοποιών και γνωματεύων ιατρός θα συμβουλεύει: Α. τον εργαζόμενο για τυχόν θεραπεία για βελτίωση της υγείας του, που ενδεχομένως θα του επιτρέψει να φορά μάσκα κατά την εργασία του και Β. τον εργοδότη για το διάστημα που απαιτείται ιατρικώς η μη χρήση μάσκας.

3. Μετά τη λήψη του ως άνω πιστοποιητικού και της γνωμάτευσης, αν υπάρχει η δυνατότητα στην επιχείρηση, ο εργαζόμενος να εργάζεται εξ αποστάσεως, ή σε χώρο όπου δεν θα έρχεται σε επαφή με συναδέλφους του ή με άλλα άτομα στο χώρο εργασίας του. Αν αυτό δεν είναι εφικτό, ως ύστατο μέτρο προστασίας του αιτούντος και των συναδέλφων του, ο εργοδότης να μπορεί να θέσει τη σύμβαση σε αναστολή, για κατάλληλο χρονικό διάστημα ίσο εκείνου που αφορά στην αναστολή της σύμβασης των εργαζομένων, οι οποίοι ανήκουν σε μια από τις ευπαθείς ομάδες (όπως αυτό ορίζεται στην προαναφερόμενη ΚΥΑ).

Η εφαρμογή των ανωτέρω συστάσεων αποσκοπεί στην οριοθέτηση των περιπτώσεων, όπου αντενδείκνται η χρήση μάσκας κατά την εργασία. Ως εκ τούτου, συνάγεται ότι, από τη σκοπιά της ιατρικής της εργασίας, επιτρέπεται, η χρήση της από όλους του άλλους εργαζομένους. Επιπλέον, η συμμόρφωση με αυτές, θα έχει ως αποτέλεσμα: 1. Την προστασία της υγείας όλων των αιτούντων τη μη χρήση της, για τους οποίους υφίσταται πραγματικά ιατρική αντένδειξη, και 2. την ελαχιστοποίηση των περιπτώσεων, όσων τυχόν αιτούνται τη μη χρήση της, και, θα λάβουν πιθανώς ιατρική γνωμάτευση, χωρίς επαρκή τεκμηρίωση, όπου θα καταγράφεται αντένδειξη της χρήσης της.