

# 生活环境冷热交替 口罩湿了还能用吗?

一次性使用医用口罩和医用外科口罩均为限次使用,应定期更换,不建议清洗或使用消毒剂、加热等方法进行消毒后使用。

“我不是不想戴好口罩,是口罩湿了太难受了。”地铁车厢内,当安全员提示一位女乘客要戴好口罩时,她也觉得委屈。这一幕发生在1月7日,正是寒潮袭来的时候。严寒冬日,其实这样的问题不仅困扰着这位乘客,不少人都遇到过这样的难题,冷热交替,戴着口罩进入温度相对较高的室内公共场所,口罩会瞬间湿透。

1月14日,记者乘坐地铁红线时也发现了类似的情况,车厢内偶尔能看到,有乘客的口罩显得斑斑驳驳,口罩从内到外都湿透了。不仅仅是在地铁,在寒冷天气进出区域只要有冷热交替情况,都有可能发生这样的问题。摘下口罩仔细观察,口罩内侧表面挂着不少水珠。

口罩湿了,除了使佩戴者感到不适外,防护能力会不会打折扣?北京天坛医院副主任医师石悦欣曾在2020年作为院感防控专家,随北京市援鄂医疗队奔赴武汉前线,保障了医护人员的零感染。她告诉记者,口罩湿了,对防护效果的确是有影响的,“我们

现在平时出门佩戴的大多是医用外科口罩,工作原理是靠静电纤维层来阻隔、吸附颗粒,口罩如果湿了,效果是会打折扣的。”

对此,石悦欣建议,出门时可以多携带一个备用口罩,冷热交替时作为备用。另外,记者也注意到目前在地铁站等公共场所都提供一次性口罩,如果口罩湿透了可及时更换。

如何正确佩戴口罩?

戴口罩前、摘口罩后,均应做好卫生。区分口罩正反面,不能两面戴。不与他人混用或共用口罩。捏紧鼻夹,使口罩与脸颊贴合,避免漏气。一次性使用医用口罩和医用外科口罩均为限次使用,应定期更换,不建议清洗或使用消毒剂、加热等方法进行消毒后使用。

口罩如何保存清洁?

需重复使用的口罩,使用后悬挂于清洁、干燥的通风处,或将其放置在清洁、透气的纸袋中。口罩需单独存放,避免彼此接

触,并标识口罩使用人员。

备用口罩建议存放在原包装袋内,如非独立包装可存放在一次性使用食品袋中,并确保其不变形。

口罩出现变湿、脏污或变形等情况下需及时更换。健康人使用后的口罩,按照生活垃圾分类的要求处理即可。



## 朱新生

Xinsheng Zhu, DDS, PhD  
儿童及成人牙齿矫正  
采用 金属托槽(metal brackets)  
透明托槽(clear bracket)  
隐形牙套(Invisalign)

## ZHU ORTHODONTICS

中文热线:  
**703-786-1909**  
(亦可接受短信)免费咨询  
多年牙齿矫正经验  
接受多种正牙保险和分期付款  
Invisalign certified

**Dumfries 诊所**  
17606 Main St., Ste.200 Dumfries, VA 22026  
(Woodbridge, Quantico Marine Base 附近)  
Tel: 703-445-1999

**Chantilly 诊所**  
14149A Robert Paris Ct Chantilly, VA 20151  
(好运来, Chantilly 高中附近)  
Tel: 703-657-0555

3-088

## Ellicott City, EZ Dental

# 施庆宏

### 牙医诊所 周末门诊

<p><b>DMD, MS</b> *波士顿大学牙科博士 *德州大学 San Antonio 牙科学院牙科诊断硕士 *美国牙科学会会员 *20年牙科临床经验 *上海口外主治医生、讲师</p>	<p><b>主治</b> ●成人小孩牙齿保健 ●补牙拔牙 ●根管治疗 ●牙冠牙桥 ●各类假牙 *牙科急诊</p>	<p><b>特点</b> ◆全新设备 ◆严格消毒 ◆精心诊治 ◆自费优惠 ◆接受多种保险 ◆免费咨询</p>
---	--	--

**443-546-3403**  
4785 Dorsey Hall Dr. #120, Ellicott City, MD 21042  
EZDentalMD@gmail.com

## 眼科医生

# 殷丹 Dan Yin, M.D.

(301)770-2020  
(Mon-Sat. 急诊24HRS)  
6333 Executive Blvd, Rockville, MD  
www.washingtoneyeconsultants.com

**纽约医学院 M.D.**  
\*著名的 New York Eye and Ear infirmary 住院医生  
\*美国眼科专家文凭  
\*Holy Cross Hospital 眼科主任医生

**一流医院, 一流医术, 一流设备, 一流医护**

- 无刀激光白内障手术
- 近视, 远视, 和散光激光矫正及人工晶体植入
- 青光眼, 视网膜疾病, 眼睛发炎, 干涩, 眼睑疾病, 角膜损伤
- 糖尿病和高血压眼底检查
- 眼皮下垂修复和眼部美容(包括注射美容填料)
- 定制和验配普通/隐形眼镜

3-089

## 罗迅妍 医师

# 疼痛康复科

Joan Luo M.D. Board Certified Physical Medicine & Rehabilitation

- 福建医科大学毕业
- 国家康复医院住院医师
- 纽约州立大学研究生
- 宾州大学附属医院住院医师
- 国家卫生总署 Fellow

Maryland Neurological Institute 及 Ann Arundel Medical Center 主治医生

**主治**  
脊椎、神经、关节及肌肉疼痛、车祸、工伤、运动跌打、损伤、头痛及中风后遗症、神经肌电诊断、各种封闭注射、针灸理疗

**接受各种医疗保险及车祸工伤保险**

预约电话: 301-987-8988 703-738-6127  
马州 8943 Shady Grove Court, Gaithersburg, MD 20877 355 和 270-8 号出口  
维州 3601 D Chain Bridge Road, Fairfax, VA 22030

3-032

## 裴万征 医师

Richard Wanzheng Pei, MD, PhD

- 美国妇产科学院院士
- 乔治华盛顿大学医学院临床助理教授
- Robert Wood Johnson 医学院妇产科毕业
- 哥伦比亚大学生理学博士
- 北京医科大学本科及整形外科毕业

## 妇产科

703-698-9668  
starcareobgyn.com  
聚有十多年临床经验  
诊所手术

- 产前检查, 高危妊娠护理, 无痛分娩、接生
- 妇科年检, 各种妇科疑难病症
- 不孕症查治, 人工受孕, 再接通结扎后的输卵管
- 设有最先进 3D 彩色 B 超: 检查胎儿和妇科

- 子宫内腺清除术: 根治经血过多
- 子宫镜结扎输卵管, 不须开刀
- 松弛阴道收紧术, 改善性功能
- 痔疮切除、乳房肿物切除
- 药物去除静脉曲张和蜘蛛痔

**自费优惠**

- 微创腹腔镜手术: 子宫及子宫肌瘤切除, 不须开刀
- 妇科泌尿: 治疗尿失禁、及非感染性尿急和夜尿增多
- 盆腔整形手术: 修复子宫下垂、膀胱脱出、阴道松弛

Fairfax Hospital Office: 3301 Woodburn Rd, Suite 102, Annandale, VA 22003 Next to Inova Fairfax Hospital Tel: 703.698.9668  
Herndon Office: 106 Elden St, Suite 13, Herndon, VA 20170 Close to Reston Hospital Tel: 703.432.2433

3-049

**MOCH**

## 血液, 肿瘤专科门诊

Montgomery Oncology Care and Hematology

- 美国临床肿瘤学会会员
- Suburban Hospital, Shady Grove Adventist Hospital 专科主治医师
- 美国国立肿瘤研究院 (NCI) 与心、肺、血液研究院 (NHLBI) 血液与肿瘤专科 Fellow
- 哥伦比亚大学医学院附属圣文森特医疗中心内科住院医师

## 王冬梅 医师

Dongmei Wang, M.  
预约电话:  
**(301) 424-9723**  
**(301) 337-8116**

**主治**  
乳癌, 肺癌, 大肠癌, 胃癌, 肝癌, 胰腺癌, 头颈肿瘤, 肾癌, 前列腺癌, 膀胱癌, 宫颈癌, 卵巢癌, 淋巴瘤, 骨髓瘤 等各种癌症及各种血液病

地址: 9715 Medical Center Drive, Suite 531, Rockville, MD 20850  
位于 Shady Grove 医院急诊室右侧的门诊楼内, Metro 及 66,40,43 号公车可达

3-073

## 樊薇 Wei Fan MD 内科医师

主治各种内科急慢性疾病、外科、妇科、皮肤科常见疾病, 健康体检、预防接种、肿瘤普查、妇科年检。

**具有多年临床经验, 认真负责, 耐心周到, 个体化精细诊疗。**

**接受各种保险及自费, 全面接受新病人**

- 美国内科学会专科文凭
- 美国内科学会会员
- Shady Grove Hospital 主治医师
- Hackensack UMC Mountainside Hospital 内科住院医师

预约电话: 240-690-4114 或 301-299-3039

地址: 2401 Research Blvd Suite 370, Rockville MD 20850

3-115

## 精神心理专科

## 郑三君 医师

Jimmy S. Chen M.D. Ph.D.  
Board Certified Psychiatrist

- ★美国康乃迪克大学神经内分泌学博士
- ★哈佛医学院附属麻省总院和儿童医院研究员
- ★天普大学附属达拉威精神疾病中心总住院医师

**主治**  
忧郁症、焦虑症、躁狂症、情感障碍、精神创伤后综合症、恐惧噩梦精神分裂症、强迫症、厌食、失眠、儿童行为障碍、多动症、性功能障碍、老年痴呆症。各种精神、心理和行为疗法, 最安全、有效、先进药物疗法。

公民入籍英文免试证明 司法协助

Tel: 240-498-4509; 240-888-0403; 301-740-2680; 接受多种医疗保险和自费  
Fax: 301-560-4924 Email jimmychen1988@hotmail.com  
18502 Office Park Drive Montgomery Village, MD 20886, Gaithersburg (270 Exit 11)

3-022