## マスクについての研究記事

2023年3月13日以降、マスクの着用は<u>個人の判断が基本</u>となりました。2021年4月頃から<u>マスクに関する論文</u>などが発表されているにもかかわらず、なぜか2023年6月の現在でも日本の皆様の大部分が、マスク着用を続けておられるように見えます。

昨年から『新型コロナの感染対策としてのマスクの着用について、政府は、屋外では原則不要、屋内でも 2 メートルを目安に周りとの距離がとれ、会話をほとんど行わない場合には必要ないなどとするルールを示しています。』といった報道(NHK)もされておりましたが、いまだに小さなお子さんにマスクをつけて外を歩いている方々を見かけます。確かに真冬の北海道などは気温や湿度が低く、春には黄砂などの問題もあり、それらの対策としてのマスク着用は理解出来るのですが、十分に温かく砂の飛んでこない室内での「ウイルス感染対策としての」マスク着用ということでしたら、是非このページの下にリンクを貼りました「NEWSポストセブン」の記事をお読みいただければと思います。

具合が悪くなったり、認知症、激しい疲労、鬱、病気になったとしても、それがマスクによる酸欠、二酸化炭素過多、マスク内に繁殖するバクテリアなどが原因の可能性がある(高い)とはなかなか気付きにくいものです。(ちなみに自殺率第1位と第2位の職業がマスクを着用しているのは単なる偶然でしょうか?)皆様の健康と、かけがえのない皆様の大切な子供達のために。私達には現在「選択の自由」があり、感謝です。



**私も以前はマスクについて何もわかっておりませんでした。**私の場合は火災後、微細な喉への刺激により咳き込んでしまう期間が非常に長かったため、かなりしばらくの間マスク着用生活をしておりました。しかし保湿目的の緩いマスク着用でも「一酸化炭素中毒による酸欠」に加えて「マスクによる酸欠と二酸化炭素過多」で、ただ歩くだけで大変苦しかったことを覚えております。幸い病気になる前にマスクについて知ることが出来たので、お蔭様で現在は自分の脳や細胞を守るため、マスクなしで極めて健康です。

どうしてもマスクを着用しなければならない方は、定期的にマスク内の二酸化炭素 を逃して酸素を取り入れる工夫をなさることが十分可能かと思います。





https://www.news-postseven.com/archives/20220602 1759902.html?DETAIL

上のリンクは2022年6月2日の「NEWSポストセブン」の記事です。 皆様がより健やかな日々を送ることが出来ますように。

2023年6月11日 伊藤光湖

HOME / 次の記事