

Het dragen van mondkapjes

Onderzoek naar medische en niet-medische mondkapjes

Bijgewerkt op 6 November 2021

Begin 2020 kwam het RIVM met een voorlichtingsfilmpje waarin men duidelijk aangaf dat het dragen van niet-medische mondkapjes in het dagelijks leven en op straat als weinig zinvol werd gezien. Minister de Jong verkondigde in mei 2020 nog dat mondkapjes een schijnveiligheid geven (Zie [YouTube](#)).

Op de website van het [RIVM](#) is te lezen dat een buitenproportioneel aantal (zo'n 10.000) mensen een mondkapje zou moeten dragen om slechts één besmetting te voorkomen.

Ook nadat men vanuit de politiek mondkapjes ging verplichten, bleef de directeur van het RIVM erbij dat dit een politiek besluit was en dat er geen medisch/wetenschappelijke bewijzen zijn dat mondkapjes bescherming bieden tegen virussen (Zie [NOS.nl](#)).

In Zweden zijn mondkapjes nooit verplicht geweest en alleen aanbevolen in het openbaar vervoer tijdens de spitsuren (maar werden bijna niet gedragen), het Zweedse 'RIVM' denkt zoals haar Nederlandse tegenhanger dat er geen bewijs is dat mondkapjes werken (Zie [BusinessInsider.com](#) en [Sverigesradio.se](#)). Een wetenschappelijk onderzoek uit Denemarken, gepubliceerd in Maart 2021, waarbij 6000 mensen gevolgd werden waarbij de helft een maand lang een mondkapje droeg en de andere helft niet, liet geen enkel verschil zien tussen de beide groepen. Aanvankelijk wou geen enkel medisch tijdschrift deze studie publiceren omdat de resultaten hen blijkbaar niet aanstonden, doch uiteindelijk is de studie toch gepubliceerd! (Zie: [ACPjournals.org](#), [Nih.gov](#) en [ScientificFreedom.dk](#)).

In de Noord Amerikaanse staat Kansas hadden 15 provincies een mondkapjesplicht en 90 provincies hadden geen mondkapjesplicht, in de provincies zonder mondkapjesplicht zagen we veel minder infectiegevallen dan in de 15 provincies met een mondkapjesplicht.

De politiek probeerde dit de verdraaien, doch de wetenschap laat telkens weer zien dat mondkapjes geen effect hebben en zelfs averechts werken inzake het voorkomen van de verspreiding van het Coronavirus: mondkapjes dragen juist bij aan de verspreiding van het Coronavirus. (Zie: [Sentinelksmo.org](#))

Ook het consumentenprogramma KASSA van 17 Oktober 2020 liet zien dat niet-medische mondkapjes vrijwel niets doen om tegen virussen te beschermen, alle niet-medische mondkapjes werken slecht tot niet en bieden een schijnveiligheid. Deze mondkapjes beschermen uitsluitend op het moment van hoesten en niezen, maar bij een gewone ademhaling verspreiden de vochtdruppeltjes met de eventuele virusdeeltjes zich gewoon door de ruimte. (Zie: [Kassa van BNNVara.nl](#)).

Omdat de mondkapjes niet goed aansluiten, zien we dat de ademhaling door de openingen aan de zijanten onder grotere druk naar buiten komt, waardoor deeltjes een grotere afstand kunnen afleggen. Goed voor een maximale verspreiding van aerosolen in bijvoorbeeld het openbaar

vervoer... (Bronnen: [Meester Blz.111](#), [Gotzsche Blz.97-98](#) / [NL PDF Blz.2-3](#), [Rushworth Blz.101-111](#), [CDC.gov](#), [HPdeTijd](#), [Nih.gov](#), [RIVM.nl](#) en [Trouw.nl](#))

Ervaringen uit de thuiszorg

Ik werk als verpleegkundige bij een grote landelijke opererende thuiszorg organisatie.

Op 14 Nov.2020 schreef een collega dat haar hele team uitgeschakeld was door Covid-19 en tevens verscheidene cliënten ziek waren geworden nadat een collega met Covid-19 besmet bleek te zijn en hier een dagje milde klachten van had. Desondanks had ze zich uit voorzorg ziek gemeld en bleek het team geheel volgens de richtlijnen preventief met mondkapjes en handen wassen / handschoenen bij de cliënten thuis gewerkt te hebben.

De directeur schreef op 1 Dec.2020: *"Inmiddels zijn er honderden collega's besmet en ziek, vallen er op verschillende plekken hele teams uit en zitten we voorlopig nog wel even in de tweede golf. Bij iedere uitbraak krijgen we nu de vraag van de GGD of er zorgvuldig is gehandeld, daarbij wordt ook gevraagd of er beschermende middelen zijn gebruikt."*

Dit bleek dus wel degelijk het geval te zijn.

De praktijk heeft ons geleerd wat uit verscheidene wetenschappelijke onderzoeken ook al bleek: de preventieve werkwijze met de chirurgische IIR mondkapjes werkt niet tot zeer matig.

Verscheidene onderzoeken lijken zelfs te wijzen op een negatief effect van mondkapjes voor de gezondheid en een contra-productieve werking betreffende bescherming tegen virussen.

(Bronnen: [CDC.gov](#), [HPdeTijd](#), [HPdeTijd 2](#), [Metronieuws.nl](#), [Nieuws.nl](#), [NIH.gov April 2015](#), [NIH.gov Nov.2021](#), [Prof. Peter Gotzche](#), [ScientificFreedom.dk](#), [Trouw.nl](#) en dit [YouTube filmpje](#))

Ik neem aan dat onze thuiszorg organisatie, nu er besmettelijkere varianten opduiken, daarom heeft besloten de chirurgische IIR mondkapjes niet meer te leveren en vanaf 22 Januari 2021 alleen nog de chirurgische FFP2 maskers standaard in alle situaties te gebruiken.

Medische Mondmaskers

Medische mondkapjes zijn op kwaliteit gecontroleerd en hebben daaruit voortvloeiend een CE-keurmerk, afhankelijk van de mate van bescherming die ze bieden. Zo zouden de IIR mondkapjes voornamelijk anderen beschermen en zouden de FFP2 mondkapjes ook voor jezelf bescherming bieden, in combinatie met een beschermende bril e.d.. Het TV programma Kassa liet in een aanschouwelijk onderzoekje zien dat de FFP2 maskers inderdaad beter op het gezicht aansluiten, veel minder lucht lekken en een betere filterfunctie hebben dan de niet-medische mondkapjes.

(Bronnen: [Abena.nl](#), [AD.nl](#), [Kassa van BNNVara.nl](#), [Rijksoverheid.nl](#) en het [RIVM](#)).

In mei 2021 verscheen er een bericht op de nieuwspagina van onze thuiszorg organisatie dat er mogelijk schadelijke stoffen in de medische FFP2 maskers zouden kunnen zitten en dat het bestellen van de IIR mondkapjes weer mogelijk was. Wanneer je je gezonde verstand gebruikt lijkt het logisch dat wanneer je een mondkapje voor doet, je altijd microvezels en andere kleine losse deeltjes inademt van dat mondkapje die niet in je luchtwegen en longen thuis horen. Dat kan bij langdurig gebruik op de langere termijn voor allerlei gezondheidsklachten gaan zorgen. Medische Mondkapjes sluiten beter af zodat alle ademhaling via het mondkapje gaat en je dus altijd microdeeltjes uit dat mondkapje binnen krijgt. Stoffen als grafeen, nanozilverdeeltjes en titaandioxide in de mondkapjes kunnen schadelijk zijn.

(Zie o.a.: [AD.nl](#), [MetroNieuws.nl](#), [OverNu.nl](#) en [RIVM](#))

Medische Mondmaskers en virussen

Een onderzoek uit 1981 naar het gebruik van mondmaskers tijdens operaties, waarbij in één operatiekamer gedurende zes maanden geen mondmaskers gebruikt werden, liet geen toename maar een daling van wond infecties bij de patienten zien. Dit resultaat werd bevestigd door een studie uit 2001 van Skinner en Sutton. Hoewel het gebruik van mondmaskers tijdens operaties vanzelfsprekend lijkt, zijn er blijkbaar wetenschappelijke onderzoeken die hier enige vraagtekens bij zetten.

Medische mondmaskers bieden voornamelijk bescherming bij niezen en hoesten zodat men niet per ongeluk patiënten besmet via open wonden tijdens operaties en om degene die het mondmasker draagt te beschermen tegen spatten bloed en andere lichaamsvloeistoffen van de patient.

Dat medische mondmaskers degene die deze draagt bescherming biedt tegen virussen is niet aangetoond, evenals dat medische mondmaskers anderen beschermen tegen virussen is niet aangetoond, ook hier zien we aanwijzingen van het tegendeel. Wat dat betreft is er weinig verschil

tussen de medische en de niet-medische mondmaskers. (Bronnen: [Cochrane.org](#), [CochraneLibrary.com](#), [NIH.gov 1981 PDF](#), [Researchgate.net](#) en dit [YouTube filmpje](#))

De plassende naakte mannen

Een leuk illustratief voorbeeld dat ik wel eens tegenkom in verband met het gebruik van mondkapjes betreft de plassende naakte mannen. Er zijn twee naakte mannen en de één plast in de richting van de ander, die nat wordt. Wanneer de andere man een broek aan had gehad, was hij minder nat geworden. Wanneer de plassende man een broek aan had gehad, was de andere man helemaal niet nat geworden. De broek is hier het mondkapje.

De vergelijking klopt natuurlijk voor geen meter.

Wanneer de ene naakte man in de richting van de andere naakte man plast, wordt deze inderdaad nat. Het meeste vocht loopt langs zijn huid weg. Het ruikt even maar dat wordt wanneer hij verder loopt snel minder. De meeste urine is langs zijn huid naar de grond gelopen, een deel verdampt, een deel wordt opgenomen.

Wanneer hij een broek had aangehad, had deze de urine vastgehouden. Hij was niet onmiddellijk erg nat geworden, maar bleef langer nat door de broek en ook de lucht bleef veel langer hangen. De broek biedt dus geen bescherming voor de persoon zelf maar kan het zelfs nog erger maken. De urinelucht die in de broek blijft hangen is hier immers de besmettende factor. Wanneer de plassende man nu een broek had gedragen was alleen zijn broek nat geworden en niet de broek van de ander, die echter wel de urinelucht blijft ruiken zolang hij in de buurt van de andere man blijft. Wanneer de mannen geen broek hadden aangehad en ze samen verder gelopen hadden, hadden ze geen last gehad van die urinelucht. Het was dus in beider voordeel geweest wanneer beide mannen geen broek aan hadden gehad.

Wanneer ze wat afstand van elkaar hadden gehouden, was er helemaal geen probleem geweest. Dus, handen af van [Manneken Pis](#) en weg met die broeken! Eh, mondkapjes!



Conclusie

Uit verschillende wetenschappelijke onderzoeken blijkt dat mondkapjes geen effect hebben bij het beschermen of voorkomen van besmetting bij virussen. Mondkapjes bieden wat dat betreft alleen een gevoel van schijnveiligheid, het zijn placebo-kapjes. Wat wel effectief blijkt te zijn is afstand houden, doch mondkapjes worden vaak juist gebruikt op plaatsen waar afstand houden niet mogelijk is, en werken daarom contra-productief. Men zegt wel, baat het niet dan schaad het niet; mondkapjes baten inderdaad niet maar zijn echter wel degelijk schadelijk.

Het gebruik van mondkapjes is daarom af te raden, indien je ze zoals ik tijdens m'n werk als verpleegkundige toch moet dragen, doe dit dan zo kort mogelijk. Gebruik hetzelfde mondkapje nooit langer dan een paar uur (3 uur max), daarna vervangen door een nieuw mondkapje, of rouleren met gewassen mondkapjes.

Het is bijgeloof dat mondkapjes beschermen tegen virussen, als Pagan bestudeer ik de natuur, haal ik mijn inspiratie uit de natuur, en de wetenschap die de natuur bestudeerd heeft laten zien dat mondkapjes niet beschermen tegen virussen. Wie mondkapjes draagt doet dat dus niet op basis van wetenschappelijke inzichten, niet op basis van medische inzichten maar op basis van politieke keuzes gebaseerd op angst en bijgeloof (Zie ook: [Schippers/Derksen Blz.170](#)).

Beetje gratis reclame

Als verpleegkundige werk ik natuurlijk volgens het protocol en gebruik ik de placebokapjes van m'n werkgever. In het openbaar vervoer gebruik ik een vergelijkbaar mondkapje als dat bij het programma Kassa als een van de slechtste uit de bus kwam omdat je er gewoon doorheen kan kijken, je er dus gewoon doorheen ademt en ook je (lees)bril niet beslaat.

Dit mondkapje biedt dezelfde bescherming tegen virussen als alle hier besproken mondkapjes en is te koop bij [Breathable-Facemask.com](https://www.breathable-facemask.com) en bij [Bol.com](https://www.bol.com).

Het zit prima en je ademt er gewoon ongehinderd doorheen.

Ik gebruik dit mondkapje al sinds april 2021 in het openbaar vervoer en het beschermd inderdaad optimaal tegen boetes!

En ook tegen onzinnige discussies met bijgelovige mensen!

Martin Roek



Gebruikte bronnen

Bij de bovenstaande onderwerpen staan linken naar de gebruikte bronnen.

Hieronder een toelichting wat dit voor organisaties zijn:

- [ACPjournals](#): American College of Physicians, invloedrijk medisch tijdschrift.
- [BMJ.com](https://www.bmj.com): The British Medical Journal is een van de oudste medische tijdschriften waarin gerenommeerd en peer-reviewed onderzoek naar geneeskundige onderwerpen wordt gepubliceerd.
- [CDC.gov](https://www.cdc.gov): Centers for Disease Control and Prevention, overheidsinstelling in de Verenigde Staten dat zich bezighoudt met het opsporen en voorkomen van ziekten.
- [Cochrane Inst.](https://www.cochrane.org): invloedrijk instituut gericht op het verzamelen en beoordelen van wetenschappelijk medisch onderzoek.
- [Geneesmiddelen Bulletin](#): Tijdschrift dat onafhankelijk nieuwe farmaceutische producten evalueert voor artsen en apothekers.
- [NEJM - New England Journal of Medicine](#): Een van de invloedrijkste en meest gerespecteerde medische tijdschriften in de wereld, even belangrijk voor de interne geneeskunde als Nature en Science voor de algemene wetenschappen. Samen met het British Medical Journal (BMJ), The Lancet, het Canadian Medical Association Journal, het Journal of the American Medical Association en de Annals of Internal Medicine vormt het een kern van de zes meest toonaangevende medische tijdschriften in de wereld.
- [De Nieuwe Wereld](#): De Nieuwe Wereld TV wordt gemaakt in samenwerking met centrum Ethos aan de VU en de Filosofische School Nederland. Het is een initiatief van journalist Paul van Liempt, filosoof Ad Verbrugge en David van Overbeek.
Website: www.DaNieuweWereld.TV
- [NIH.gov](https://www.nih.gov): National Institutes of Health, overheidsinstelling in de Verenigde Staten toegelegd op Medisch Onderzoek.
- [OverNu](#): een samenwerking van onafhankelijke journalisten, schrijvers en deskundigen die met een kritische en beschouwende blik de ontwikkelingen rond het coronavirus volgen. Tot het kernteam behoort o.a. Dick Bijl; president van de [International Society of Drug Bulletins](#) en hij was jarenlang hoofdredacteur van het [Geneesmiddelenbulletin](#), een tijdschrift dat onafhankelijk nieuwe farmaceutische producten evalueert voor artsen en apothekers.
- [ResearchGate](#): Social Netwerk voor wetenschappers om informatie en onderzoeken met elkaar te delen.
- [RIVM](https://www.rivm.nl): Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu, Nederlandse overheidsinstelling gericht op volksgezondheid en een veilig leefmilieu.
- [The Lancet](#): The Lancet is een Brits, peerreviewed medisch tijdschrift, dat wekelijks wordt uitgebracht door de Lancet Publishing Group. Het ontleent zijn naam aan het lancet, een chirurgisch mesje (scalpel). The Lancet wordt door veel medische wetenschappers beschouwd als een van de meest gerenommeerde wetenschappelijke tijdschriften.

- **Institute for Scientific Freedom**: opgericht door de Deense Professor Peter Gøtzsche. Gøtzsche was een van de mede oprichters van de Cochrane Collaboration in 1993 en werd in 2017 gekozen als medelid van het bestuur van het hierboven besproken Cochrane Instituut. Wegens zijn kritiek op belangenverstremming binnen het Cochrane Instituut werd hij hier in 2018 uitgezet, waarna nog vier bestuursleden hun lidmaatschap opzegden en het instituut internationaal veel kritiek over deze gang van zaken kreeg (Zie ISDBweb.org en MaryanneDemasi.com). Gøtzsche startte in 2019 het Institute for Scientific Freedom als onafhankelijke tegenhanger, het instituut is gericht op onafhankelijk wetenschappelijk medisch onderzoek.