

出典: Facemasks in the COVID-19 era: A health hypothesis

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7680614/>

表1

フェイスマスク装着による生理的・心理的影響とその健康への影響の可能性

生理的影響	心理的影響	健康への影響
<ul style="list-style-type: none"><li>●低酸素血症</li><li>●過剰症</li><li>●息切れの発生</li><li>●乳酸濃度の上昇</li><li>●pHレベルの低下</li><li>●アシドーシス(酸血症)</li><li>●毒性</li><li>●炎症</li><li>●自己汚染</li><li>●ストレスホルモン(アドレナリン、ノルアドレナリン、コルチゾール)の増加</li><li>●筋緊張の増大</li><li>●免疫抑制</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>●「戦うか逃げるか」反応の活性化</li><li>●慢性的なストレス状態</li><li>●恐怖</li><li>●気分の乱れ</li><li>●不眠症</li><li>●疲労感</li><li>●認知機能の低下</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>●ウイルス性疾患や感染症にかかりやすくなる</li><li>●頭痛</li><li>●不安感</li><li>●うつ病</li><li>●高血圧症</li><li>●心血管疾患</li><li>●癌</li><li>●糖尿病</li><li>●アルツハイマー病</li><li>●既存の症状や疾患の悪化</li><li>●老化現象の促進</li><li>●健康状態の悪化</li><li>●早期死亡率</li></ul>