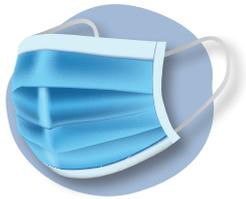


# Masques de protection respiratoire

## Covid-19

### Types de masques



Masque chirurgical

Un **masque chirurgical** est un dispositif médical (norme EN 14683). Il est destiné à éviter la projection vers l'entourage des gouttelettes émises par celui qui porte le masque. Il protège également celui qui le porte contre les projections de gouttelettes émises par une personne en vis-à-vis. En revanche, il ne protège pas contre l'inhalation de très petites particules en suspension dans l'air. **Pour le Covid-19, utilisez le masque chirurgical type 2 ou 2R.**



Masque FFP2

Un **masque FFP2** est un appareil de protection respiratoire (norme NF EN 149). Il est destiné à protéger celui qui le porte à la fois contre l'inhalation de gouttelettes et des particules en suspension dans l'air, qui pourraient contenir des agents infectieux. Le port de ce type de masque est plus contraignant (inconfort thermique, résistance respiratoire) que celui d'un masque chirurgical. **Pour le Covid-19, ne pas utiliser les masques FFP2 à soupape car l'air expiré par le porteur à travers la soupape est susceptible de contaminer l'environnement extérieur.**



Masque alternatif/barrière

Un **masque barrière** est un masque fabriqué selon les critères de la norme AFNOR SPEC S76-001. Cette norme est facilement disponible et explique comment fabriquer des masques barrières (patrons, matières, entretien,...) Les masques barrières et autres masques en tissu n'ont pas les performances des masques chirurgicaux et des masques FFP2.



### À savoir...

#### Bien utiliser son masque

Il est utile si :

- les mains sont lavées avant de le mettre ;
- le guide au niveau du nez est « pincé » pour prendre la forme du nez ;
- le bas du masque couvre le menton donc il faut le déplier légèrement ;
- les lanières sont attachées correctement (légèrement serrées, une plus haute au niveau du crâne et l'autre au niveau de la nuque, ou si élastiques bien derrière les oreilles) ;
- une fois ajusté, ne plus toucher le masque avec les mains ;
- vous l'enlevez pour le jeter dans une poubelle non recyclable et vous vous lavez les mains directement !

**À noter que les masques ont une durée de vie : un masque chirurgical a une durée de vie de 3-4h et un FFP2 de 8h.**

**Attention si le masque est humide, lorsqu'on tousse ou éternue dedans par exemple, il devient inutile. Il faut le changer.**

#### À ne pas faire avec son masque

Un masque est inutile si :

- il ne couvre pas le nez ;
- il est placé au niveau du cou ;
- les lanières ou élastiques ne sont pas placés derrière les oreilles (et en cas de liens à nouer il en faut un au-dessus des oreilles et l'autre noué dans la nuque) ;
- il est complètement desserré ;
- on le touche avec les mains régulièrement ;
- il est humide.

→ **Une barbe (même naissante) réduit l'étanchéité du masque au visage et diminue son efficacité globale.**

**Votre masque est sale à partir du moment où vous le touchez même pour le replacer.**

Il faut le toucher avec les mains propres juste lavées.

Ne pas faire comme :

- des personnes en magasin qui le touchent en poussant leur caddie, ce qui rend le masque inutile.
- des personnes qui mettent au niveau du menton une fois en voiture. Les microbes que vous avez alors au menton seront remis sur votre bouche/nez une fois le masque replacé.

**Attention, si vous ne respectez pas certaines précautions, votre masque devient inutile.**



# Masques de protection respiratoire

## Covid-19



### Que faire AVANT ?

- Se **laver rigoureusement les mains** avec de l'**eau** et du **savon** ou une **solution hydro alcoolique** pendant **au moins 20 secondes**.



### Comment mettre son masque ?

#### Masque chirurgical



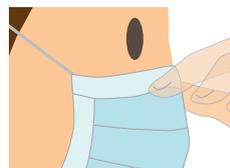
4h maxi



- Placer le bord rigide en haut, face blanche contre le visage.



- Attacher le haut de son masque.



- Pincer le bord rigide pour l'ajuster à son nez.



- Recouvrir son menton et attacher le bas de son masque.  
**Ne plus toucher son masque.**



- Pour le retirer ne toucher que les attaches.

#### Masque FFP2



8h maxi



- Placer le masque bord rigide en haut.



- Passer les élastiques derrière la tête en dessous et au dessus des oreilles.



- Le masque recouvre le menton.



- Pincer le bord rigide, vérifier l'étanchéité en inspirant. Le masque doit se plaquer sur le visage.  
**Ne plus toucher son masque.**



- Pour le retirer ne toucher que les attaches.



### Que faire APRÈS ?

- **Jeter son masque dans un sac poubelle fermé** allant aux ordures non recyclables et se **laver les mains**.

