

SANTÉ

Le masque, ce nouvel objet à apprivoiser

Obligatoires ou recommandés selon les situations, les masques s'imposent à nous. Voici quelques conseils.



Les masques en tissu, lavables et réutilisables, peuvent être séchés à l'air libre. (Photo AFP)

Les masques de protection sanitaire (chirurgicaux ou FFP2) sont en majorité destinés au personnel soignant et aux malades. Pour la population générale, obligée de porter un masque dans les transports en commun dès aujourd'hui, l'accent est mis sur les masques « grand public », en tissu. Des centaines d'entreprises textiles se sont reconverties pour produire ces « masques barrières », sur les bases du cahier des charges de l'association de normalisation AFNOR qui reprend les recommandations de l'Agence du médicament (ANSM).

PAS POUR LES MOINS DE 3 ANS

Ils doivent filtrer entre 70 et 90 % des particules tout en permettant une « respirabilité » suffisante. Pour les défenseurs des masques, tout modèle est mieux que rien. Mais l'AFNOR appelle à être « vigilant » pour les masques avec des coutures « verticales, le long du nez, de la bouche et du menton », qui comportent un risque de fuite. Les moins de trois ans ne doivent pas porter de masque, en raison de risques d'étouffement. Ils doivent

être interdits à la maternelle. Le masque ne dispense pas des gestes barrières et de la distanciation sociale. Il faut apprendre à l'utiliser de façon adéquate. Quelques principes de base s'appliquent.

60°C

Les masques en tissu doivent être lavés à 60°C. Ils peuvent être séchés à l'air libre ou au sèche-linge.

Avant de le mettre, il faut se laver les mains puis en le tenant par les attaches, appliquer le masque sur le visage en recouvrant le nez et la bouche, et enfin mettre en place les brides ou les élastiques. Petite variante pour les masques chirurgicaux : le côté coloré, souvent bleu, se place en général à l'extérieur et la petite tige semi-rigide en haut. Pour retirer un masque, lavage des mains aussi, avant et après. Il faut l'enlever par les attaches, surtout sans toucher l'avant potentiellement contaminé. Plus délicat, pendant toute la durée d'utilisation, il faut réprimer

le réflexe de le toucher ou de le remettre en place, sous peine de devoir se relaver les mains, à chaque fois. L'utilisation ne doit pas dépasser 4 heures. Même en dessous de 4 heures, le masque doit être changé s'il est endommagé, humidifié, déformé, ou encore pour boire et manger.

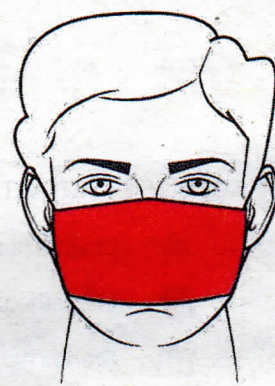
RÉUTILISABLES MAIS PAS INUSABLES

Les masques chirurgicaux, à usage unique, doivent être jetés après utilisation dans une poubelle fermée et dans un autre emballage. Pour les modèles en tissu, l'ANSM recommande un lavage en machine de minimum 30 minutes à 60°C. Les masques souillés peuvent être lavés avec d'autres textiles. Pour se débarrasser du virus, le micro-ondes ou le congélateur ne sont pas recommandés. Faire bouillir le masque dans l'eau risque de le dégrader. Quant au sèche-cheveux, il peut aider au séchage, après lavage, en évitant une température trop élevée qui dégraderait le tissu, selon l'AFNOR. Même lavable, le masque en tissu n'est pas utilisable indéfiniment. ■

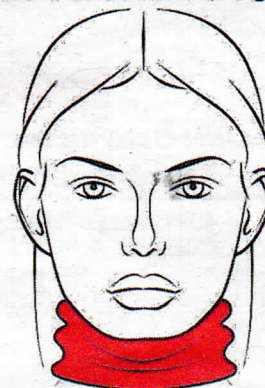
Ne portez pas votre masque en-dessous du nez



Ne portez pas votre masque au-dessus du menton



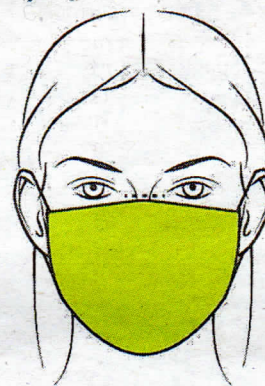
Ne laissez pas votre masque sur le bas de votre visage



Une fois en place, ne touchez plus votre masque



Remontez votre masque jusqu'en haut du nez



Serrez bien votre masque pour éviter qu'il soit lâche sur les côtés



OÙ SE LES PROCURER

Un masque ne pouvant être porté que 4 heures, il va en falloir toute une collection. On peut en acheter dans plusieurs endroits, sous réserve de disponibilité.

Dans les supermarchés : qu'ils soient de type chirurgical ou en tissu, ces masques dits « grand public » sont vendus depuis le 4 mai dans toutes les grandes surfaces. Celles-ci n'ont pas le droit de conditionner leur achat ni à la présentation d'une carte de fidélité, ni à un montant minimum de courses.

En pharmacie : dans un premier temps, les pharmacies avaient été autorisées à ne fournir que les professionnels de santé. Depuis le 28 avril, elles ont dans leurs rayons des masques pour le grand public, qu'on peut se procurer sans ordonnance.

Dans les bureaux de tabac : les buralistes peuvent vendre des masques en tissu depuis le 30 avril à un prix qui tourne autour de 5 € (masque 15 lavages). Ils sont fabriqués en France. Au total, 2 millions de masques vont être distribués dans ce réseau qui compte 20 000 points de vente, avec priorité donnée, dans un premier temps, aux commerçants.

Bientôt dans les stations-service : elles forment elles-aussi un maillage de proximité. C'est le Conseil national des professions de l'automobile (CNPA) qui a proposé au gouvernement d'utiliser son réseau de 4 500 points de vente. Des affichages informeront les clients de ce nouveau service. Les stations ont été priées de les proposer à « un prix qui reste mesuré ».

Sur Internet : on peut commander des masques sur Internet, mais il faut bien s'assurer que les modèles en tissu respectent les règles de l'AFNOR et arborent le logo qui reconnaît leur homologation. Le tarif des masques en tissu n'est pas encadré, attention donc, aux prix pratiqués. ■ SBI