

MASQUES MODE D'EMPLOI

Avant toute utilisation ou essayage, lavez le masque à 60° puis repassez-le !

Ce masque n'est pas destiné à remplacer les masques FFP2 et chirurgicaux des équipes soignantes mais "à compléter les gestes barrières et les règles de distanciation sociale". Ce n'est donc pas un dispositif médical.

- Un masque est destiné à une utilisation par des personnes saines ou asymptomatiques.
- Son port doit être limité et sert de barrière de protection de la zone bouche et nez en empêchant les contacts avec la main ou les projections venues de contacts avec une autre personne.

Comment mettre, utiliser, enlever et éliminer un masque

1. Avant de mettre un masque, lavez-vous les mains avec une solution hydro alcoolique ou à l'eau et au savon.
2. Nettoyez et désinfectez le plan de travail, posez le masque sur le plan de travail et installez la lingette rechargeable dans l'encoche derrière le masque. La lingette peut être deux feuilles de sopalin plié en 3, ou 2 lingettes dépoussiérantes pliées type Swiffer (préconisé par les ingénieurs textiles)
3. Prenez le masque par les rubans et appliquez le masque de façon à recouvrir le nez et la bouche et veillez à l'ajuster au mieux sur votre visage.
4. Lorsque l'on porte un masque, évitez de le toucher; chaque fois que l'on touche un masque usagé, lavez-vous les mains à l'aide d'une solution hydro alcoolique ou à l'eau et au savon
5. Lorsqu'il s'humidifie, remplacez la lingette intérieure (en suivant le même protocole ci-dessus : plan de travail désinfecter + nettoyage des mains). Il est préconisé de la changer toutes les 2 ou 3 heures.
6. Pour retirer le masque: Enlevez-le par derrière (ne pas toucher le devant du masque); rangez-le immédiatement dans un sac plastique fermé jetable; et lavez-vous les mains avec une solution hydro alcoolique ou à l'eau et au savon.
7. De retour chez vous, sortez le masque du sachet plastique, jetez le sac plastique, et mettez-le à la machine à laver à 60 °C, ressortez-le (mains lavées), repassez-le et mettez-le dans un nouveau sac plastique.

Ces masques ont été réalisés en fonction des informations consultées sur Internet (Modèle CHU Grenoble, Article sur d'ingénieur textile, commentaires...), les avis sont partagés, aucune étude scientifique poussée n'a été réalisée sur l'efficacité du port de ce type de masque.

Cependant, une étude datant de 2008, montre dans les premiers résultats d'analyse que ce type de masque est 3 fois moins efficace que les masques FFP2 mais protège plus que si vous ne portez aucun masque. Par conséquent, et pour résumer :

Le port de masque ne se substitut pas aux gestes barrières et le masque doit être porté impérativement en suivant les consignes ci-dessus citées.

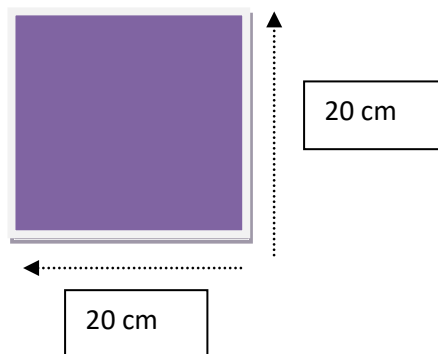
SI VOUS SOUHAITEZ FABRIQUER VOS MASQUES

2 modèles existent : le modèle fourni par le CHU de Grenoble (taper sur google masque CHU Grenoble)

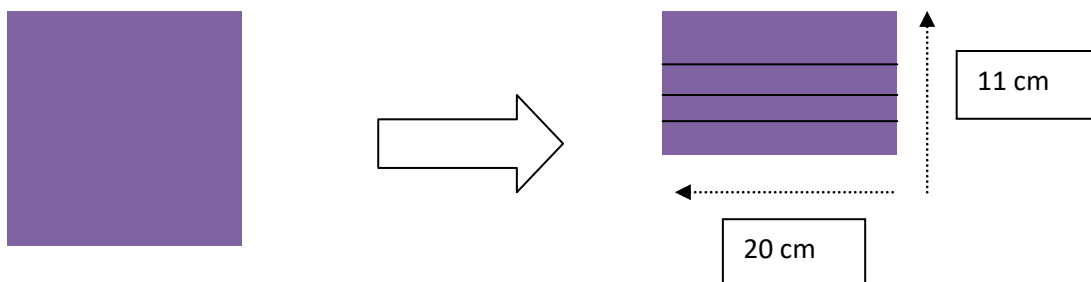
Puis le modèle ci-dessous expliqué

1) Devant du masque

Découper un carré de 20 cm/20 cm



Réaliser 3 plis à l'aide d'épingles ou du fer à repasser



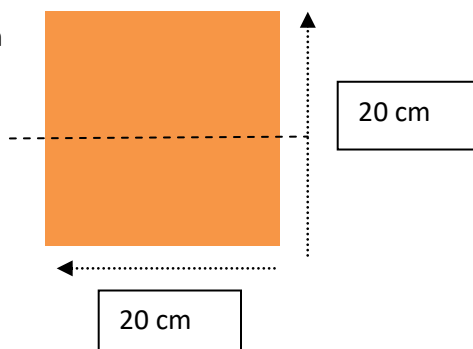
Une fois les plis réalisés, vous obtenez un rectangle de 11 cm/20 cm. Coudre à 1 cm du bord de chaque côté.



2) Derrière du masque

Découper un carré de 20 cm/20 cm

Couper en 2.



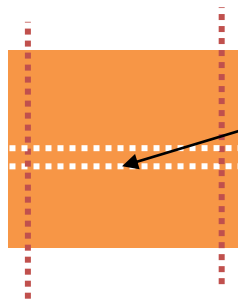
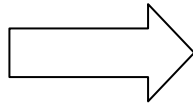
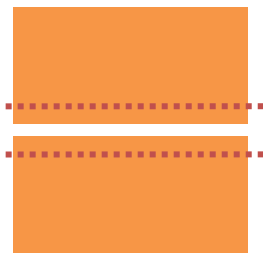
Vous obtenez 2 rectangles de 10cm/20cm-



Rabattez 2 fois le bas du rectangles puis coudre (ourlet)

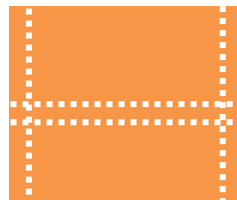


Assemblez les 2 parties en les superposant.



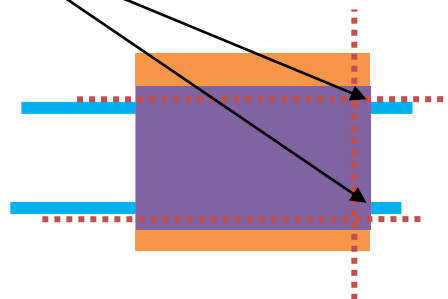
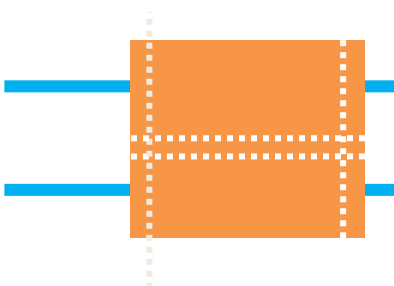
Le premier rectangle recouvre le second, coudre à 1 cm du bord. L'ouverture est créée.

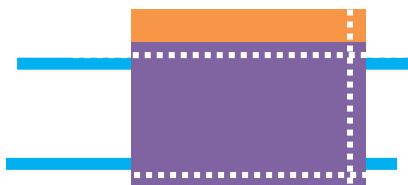
3) Assemblage devant et derrière du masque



Coupez 4 rubans.

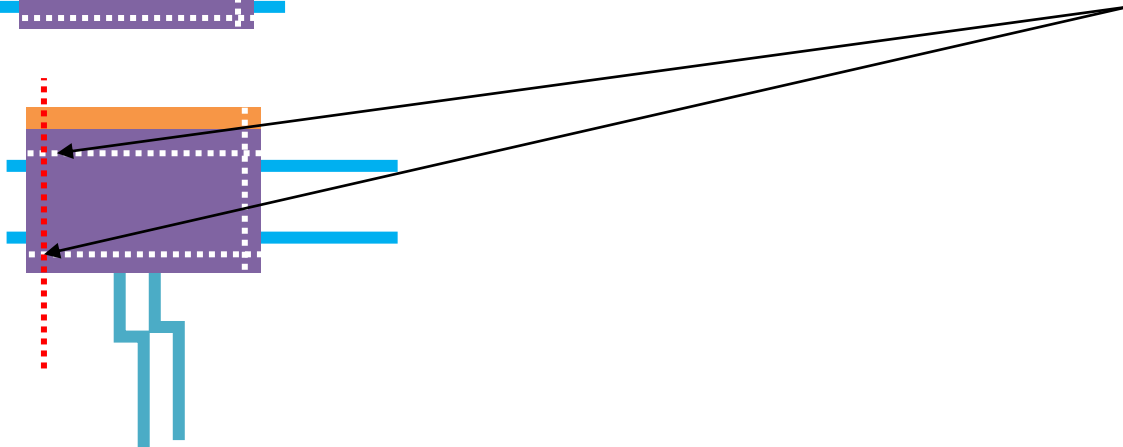
Installez 2 premiers rubans sur la partie arrière du masque (endroit) puis positionnez le devant du masque (**endroit contre endroit**) en faisant attention à ne pas coudre le ruban sur la longueur et en insistant sur les bords.





Passez les rubans cousus à travers l'ouverture du rectangle orange pour permettre l'installation des 2 autres rubans.

Installez les 2 autres rubans et coudre en insistant sur les bords



Couper le surplus de tissu dans les angles pour éviter le surplus de tissus lors de retournement et en s'arrêtant à quelques millimètres de la couture.

Retourner en passant par l'ouverture du rectangle orange (derrière du masque).

Et voilà !!!