

Neuchâtel, le 24 août 2020

RAPPEL : QUEL MASQUE POUR QUI ?

Il existe plusieurs types de masques sur le marché :

- **Masques d'hygiène type I** : destinés à la **population**, personnes vulnérables, personnes avec symptômes (toux – rhume - éternuements, etc). Utilisés correctement, ils protègent surtout les autres personnes d'une infection.
- **Masques chirurgicaux type II** : destinés au **personnel soignant**. Utilisés correctement, ils protègent surtout les patients d'une infection.
- **Masques chirurgicaux type IIR** : destinés au **personnel des salles opératoires**. Utilisés correctement, ils protègent surtout les patients d'une infection.
- **Masques industriels en tissu (community mask)**: destinés à la **population ne présentant pas de symptômes et aux personnes non-vulnérables** (pour aller chez le coiffeur, prendre les transports publics, etc) . Ces masques sont moins efficaces que les masque d'hygiène type I. Ils doivent répondre au minimum au label **TESTEX** validé par la Swiss National COVID-19 Task Force. Utilisés correctement, ils protègent surtout les autres personnes d'une infection.
- **Masques de protection respiratoire FFP2/FFP3**: destinés au **personnel soignant COVID-19** en présence d'aérosol. Ils protègent les personnes qui le porte d'une contamination. Ils sont à la disposition du personnel médical pour son travail. Les personnes infectées, avec ou sans symptômes de la maladie, ne doivent pas porter de masques avec valve, car ils ne filtrent pas l'air expiré et peuvent même propager le virus. **Nous recommandons de ne pas utiliser de masque de protection respiratoire pour un usage privé.**
- **Autres masques** (masques en tissu cousus ou fabriqués soi-même, masques *do-it-yourself*, masques **sans certification Testex**, etc.) : ces masques n'offrent pas de protection fiable. Nous ne le recommandons donc pas.

Une écharpe ou un foulard ne protègent pas suffisamment d'une infection et n'offrent qu'une protection limitée pour les autres personnes. **Ils ne peuvent donc pas remplacer un masque.**

Les visières non plus **ne peuvent pas remplacer un masque**. Elles protègent les yeux d'une contamination par gouttelettes, mais ne garantissent pas d'être protégé contre une infection par la bouche ou par le nez. Elles ne peuvent donc servir qu'en complément à un masque.

REGLES DE BASE À RESPECTER


Veillez respecter les règles suivantes lorsque vous utilisez un masque.

- **Utilisation** : il est important que le masque couvre le nez et la bouche en tout temps. Lavez-vous ou désinfectez-vous toujours les mains avant de le mettre et après l'avoir enlevé. Touchez le masque le moins possible. Les masques en tissu peuvent être réutilisés, car ils sont lavables. **Les masques d'hygiène ne devraient être utilisés qu'une seule fois.** Actuellement, il n'existe pas de données scientifiques permettant d'évaluer l'efficacité de masques d'hygiène ayant été utilisés plusieurs fois.
- **Réutilisation** : si vous utilisez plusieurs fois un masque en tissu ou un masque d'hygiène (par exemple parce que vous ne l'avez porté que peu de temps), l'hygiène des mains et la bonne utilisation et conservation du masque sont essentielles. Lavez-vous ou désinfectez-vous les mains avant et après avoir mis et enlevé le masque, et touchez-le le moins possible. **Important : si vous êtes atteint d'une affection des voies respiratoires, portez des masques d'hygiène et ne les réutilisez pas.**
- **Conservation en cas de réutilisation** : l'idéal est de suspendre votre masque à un crochet après l'avoir utilisé, de manière à ce qu'il ne touche aucun autre objet. Si ce n'est pas possible, conservez-le dans un sachet en papier ou dans une enveloppe. Ainsi, vous pourrez emporter votre masque sans risquer qu'il ne touche d'autres objets et que des virus ne s'y propagent. Les sachets en plastique ne sont pas adaptés pour conserver un masque, car ils ne laissent pas passer l'air : les masques ne peuvent donc pas sécher. De plus, les virus survivent plus longtemps sur du plastique que sur du papier.
- **Lavage** : les masques d'hygiène ne peuvent pas se laver. Ceux en tissu doivent être lavés selon les indications du fabricant (60 degrés minimum).
- **Durée** : vous pouvez porter un masque pendant quatre heures au maximum. Faites attention à l'humidité du masque : plus il est humide, moins il sera efficace.
- **Élimination** : les masques d'hygiène peuvent être jetés à la poubelle avec les déchets normaux. Faites attention à ce que le masque ne touche rien d'autre que les déchets. Refermez soigneusement le sac poubelle. Lorsque vous êtes hors de chez vous, vous pouvez jeter votre masque dans une poubelle publique. Lavez-vous ou désinfectez-vous les mains après avoir touché un masque usagé.
- **Barbe** : peu importe que vous portiez ou non une barbe. L'important est que le masque recouvre le nez et la bouche.

La pharmacienne cantonale


Virginie De Biase

Le médecin cantonal


Claude-François Robert