Comment fabriquer un masque maison préventif efficace

Le dispositif « masque barrière » est destiné à compléter les gestes barrières et les règles de distanciation sociale. Il est destiné au grand public et notamment à toute personne saine ou asymptomatique.
Le masque barrière n'exonère aucunement l'utilisateur de l'application systématique des gestes barrières, qui sont essentiels, ainsi que des règles de distanciation sociale visant à lutter contre les infections virales.
Ce dispositif n'est pas destiné à être utilisé par les personnels soignants au contact des patients. Les masques filtrants de type FFP2 et les masques à usage médical (ou chirurgicaux) ont vocation à être utilisés et réservés au personnel de santé.

Pour leur conception, des conseils utiles

- Utiliser des étoffes serrées
- Assembler en deux ou trois couches (mêmes étoffes ou différentes étoffes)
- Utiliser des étoffes permettant à l'air de passer pendant la respiration
- Utiliser des étoffes suffisamment souples pour s'appliquer autour du visage pour assurer l'étanchéité
- Utiliser des étoffes pas trop chaudes lisses et non irritantes
- Ne pas utiliser d'agrafe dans la conception du masque barrière
- Ne pas faire de coutures verticales, le long du nez, de la bouche et du menton.

Comment porter le masque

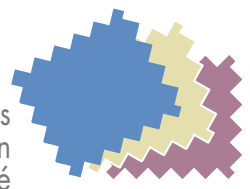
- Le masque barrière doit être lavé chaque fois qu'il est souillé, mouillé ou mal positionné sur le visage. Il convient de ne pas le mettre en position d'attente sur le front ou sous le menton pendant et après utilisation. Ne pas réutiliser de masque barrière souillé ou mouillé.
- Durant une même période de 4h, le masque ne peut servir plusieurs fois que s'il est retiré selon les consignes, stocké provisoirement ou accroché pour offrir le moins de contact possible, et remis selon les consignes.

L'entretien du masque

- Le masque barrière est conçu pour être réutilisable, les matériaux utilisés doivent résister aux produits et aux méthodes de nettoyage spécifiés par le fabricant de la monocouche et du composite multicouche.
- Il n'est pas recommandé d'utiliser des produits spécifiques autres que la lessive habituelle sans s'être assuré auparavant de leur non toxicité par des résidus inhalés, et que leur utilisation ne dégrade pas les matériaux.
- Le cycle complet de lavage (mouillage, lavage, rinçage) doit être de 30 minutes minimum avec une température de lavage de 60°C.

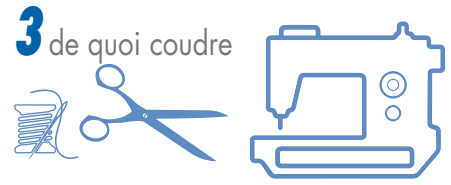
Le matériel

1 plusieurs couches de tissus en coton à maillage assez serré



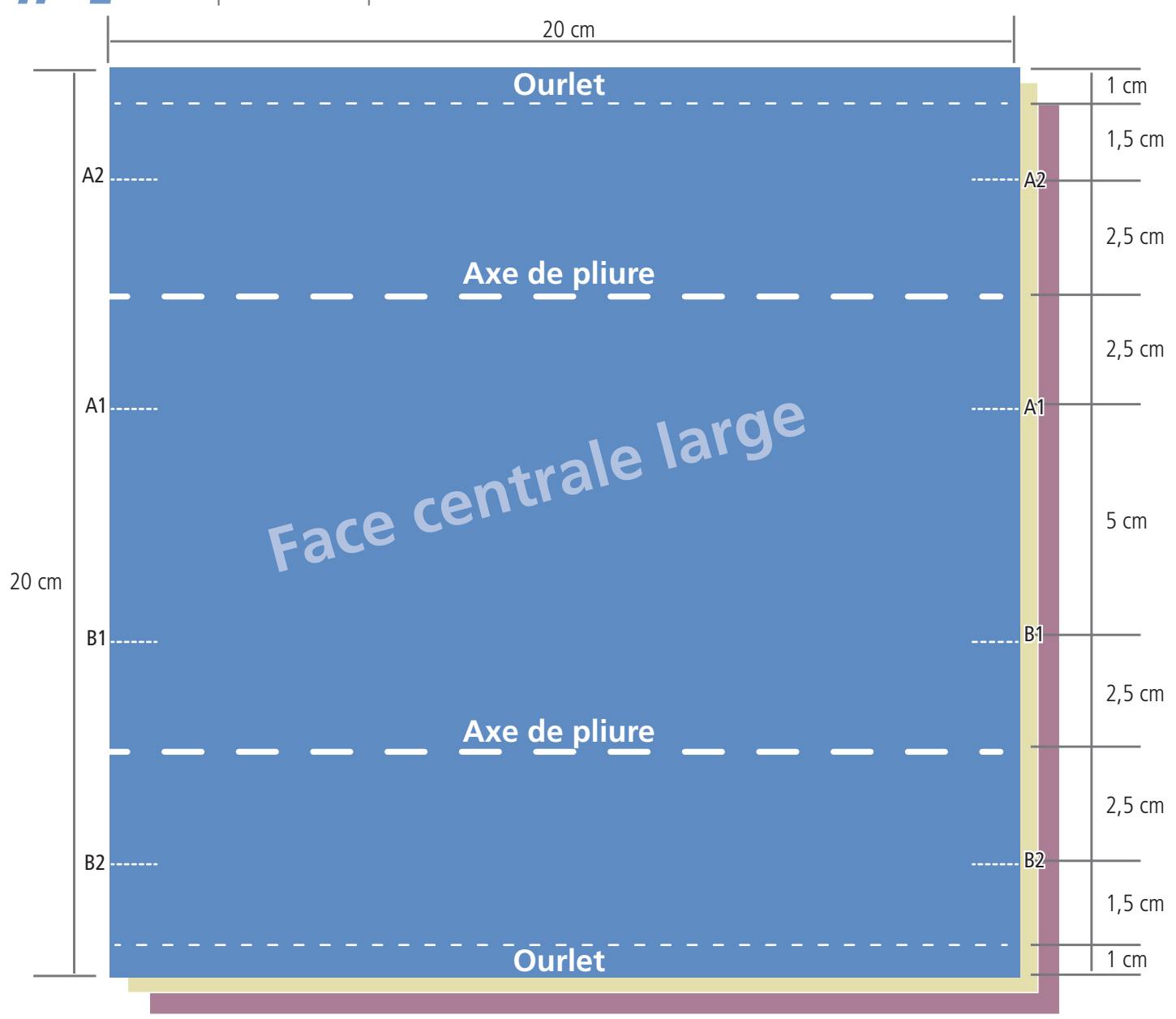
2 élastiques souples (35 cm) ou jeu de brides textiles de (80 cm)

3 de quoi coudre

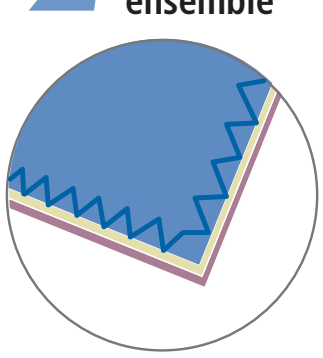


#1 Patron du masque à plis

Il est recommandé d'utiliser le dimensionnement suivant pour la monocouche ou le composite multicouche du masque barrière « à plis ».



#2 Coudre les tissus ensemble

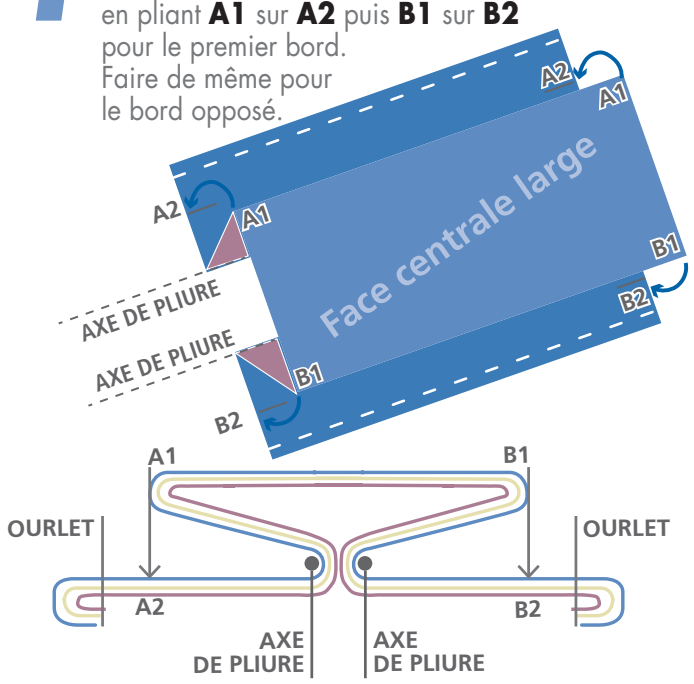


#3 Coudre les ourlets du haut et du bas du masque

Rabattre les 2 ourlets de 1 cm et les coudre (point droit).

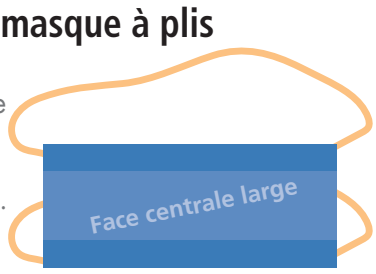
#4 Coudre suivant les axes de pliure

(Piqueuse plate, point droit) les plis en pliant **A1** sur **A2** puis **B1** sur **B2** pour le premier bord. Faire de même pour le bord opposé.



#5 Fixer les élastiques ou les brides aux quatre angles du masque à plis

Prenez soin d'en ajuster la longueur à la taille de votre crâne. Le masque doit être bien plaqué sans vous gêner ou marquer trop votre visage.



Elastique souple 35 cm

Brides en tissus 80 cm

#5.1 - Passage des brides derrière les oreilles

Pour une bride élastique, pour un passage derrière les oreilles placer un élastique sur le bord droit en haut et en bas (élastique vers l'intérieur) puis glacer l'autre élastique sur le bord gauche en haut et en bas (élastique vers l'intérieur).

#5.2 - Passage des brides derrière la tête

Pour une bride élastique, pour un passage derrière la tête placer un élastique sur le bord droit en haut puis sur le bord gauche en haut (élastique vers l'intérieur) puis placer l'autre élastique le bord droit en bas puis sur le bord gauche en bas (élastique vers l'intérieur).
Pour une bride textile, en placer une sur le bord droit et une autre sur le bord gauche.

infographie L'INDÉPENDANT