

# MASQUES ANTI COVID-19

## LE CONSTAT

Avec l'expansion de la pandémie il y a une pénurie mondiale de masques.

La propagation du virus dans l'air directement de personne à personne est la propagation la plus courante. Les plus fortes charges sont les éternuements, la respiration forcée par des exercices sportifs.

Si les postillons les plus gros tombent assez vite vers le sol, il n'en est pas de même pour les plus petits, pour les minuscules gouttelettes d'eau et les gaz qui entraînent des unités microscopiques de particules que nous inspirons et exhalons continuellement. On le voit bien, les prélèvements pour les tests sont pris dans les narines avec des virus prêts à s'échapper alors que le foyer d'infection est dans la trachée et les poumons.

La recommandation d'éternuement dans son coude est une ineptie. Le vêtement va être imprégné de covid-19, qui va repartir par frottement, etc. Ce n'est vraiment pas hygiénique.

Les pays dont la population porte majoritairement le masque ont des résultats de propagation du Covid-19 nettement inférieurs aux pays qui n'ont pas cette pratique.

Le 2 avril l'Académie de médecine a recommandé le port du masque à toute la population.

## LES SOLUTIONS

Les masques sont actuellement introuvables en France. Oublions l'inutilité déclarée des instances de santé qui a été la justification stupide de la pénurie en besoins médicaux.

=> Les fabriquer soi-même est une solution et de plus c'est relativement aisé.

=> La seconde solution est de recycler des masques déjà utilisés.



masque filtrant 0,1 $\mu$



masque tissu simple "fait maison"

La performance d'un masque fait maison est moindre que celle d'un masque médical industriel de bonne qualité. Pour autant, le bénéfice est important. Même un foulard "à la Dalton" procure déjà une protection significative.

En effet, si un donneur positif côtoie un receveur et que tous deux portent un masque à 100% d'efficacité comme ci-dessus disponible partout au Japon, le risque de contagion direct sera quasiment inférieur à 1%. S'ils ne portent pas de masque, ce risque sera de 100%. Si les masques ont déjà 50% d'efficacité, le risque de contagion sera de 25% seulement. En coton de T-shirt le risque n'est que de 9%.

L'avantage du masque est plus grand que la seule filtration. Il évite de porter la main et les doigts sur le visage et surtout, au nez et à la bouche.

En y associant les mesures d'hygiène et en respectant les gestes barrière,  
**PORTER TOUS UN MASQUE EN VAUT VRAIMENT LA PEINE !**

## TYPES DE MASQUES

Les **masques médicaux**, dits chirurgicaux sont destinés à une utilisation en milieu très contagieux, en grande proximité, en temps prolongé pour les soignants et aide-soignants.

Les **masques barrière**, ou alternatifs, sont destinés à des utilisations courtes ou dans des milieux peu contaminés,

Le 27 mars l'AFNOR a édité une spécification S76-001 sur les masques barrière. Ce document est intéressant mais plus destiné à une fabrication professionnelle.

Il est vraiment dommage que les consignes d'hygiène indispensables y soient absentes.

## LES MATÉRIAUX

**Le papier** (essuie-main, etc) se mouille avec la respiration et est vite inutilisable.

**Les tissus** doivent laisser passer l'air. Tester les tissus en les mettant au contact bouche ouverte. La filtration est un peu plus efficace avec plusieurs épaisseurs fines qu'avec un seul tissu épais. Des tissus différents sont préférables. Les mouchoirs, T-shirts en coton, serviettes en intissé sont de bons matériaux. Le tissu intérieur est soyeux (ex. doublure)

Un tissu extérieur décoratif et attrayant est très tendance et à la mode au Japon.

Il est possible d'insérer entre les deux un matériau léger et plus filtrant. Un sac d'aspirateur n'est pas assez respirant. Il y a deux épaisseurs qu'il faut réussir à dédoubler sans trous, ce qui dépend des marques et des fabrications. Laver au détergent avant utilisation, car on ne sait de quels produits ils sont imprégnés. Les tissus synthétiques sont préférables.

**L'élastique** est de préférence gainé, soit rond Ø 4, soit plat 4 à 6 mm.

**Fil de cuivre** Ø ~1 mm pour plaquer la forme du nez (2 de 8 cm dans un adhésif plastique).

## LA FABRICATION

Un masque simple, facile et rapide à réaliser, est un rectangle ~14x18 cm dont les deux côtés latéraux comportent une gaine qui reçoit l'élastique de maintien.

Le masque type chirurgical comporte une série de plis longitudinaux qui sont maintenus cousus sur les côtés latéraux. Les plis s'ouvrent dans la partie centrale, les élastiques sont fixés aux quatre coins. Il demande plus de couture, mais rien de bien difficile.

De très nombreux tutoriels existent sur internet. En voici une sélection pour se lancer.

- Prendre ses mensurations personnelles

<https://www.youtube.com/watch?v=CSsM28BTvNo>

- Modèle simple

<https://www.youtube.com/watch?v=f1RV1uh1Z7Y>

<https://www.youtube.com/watch?v=00u0kyW2uHc>

- Modèle simple avec plis

<https://www.youtube.com/watch?v=x9qbDrjHi60>

<https://www.youtube.com/watch?v=TNVqTQQj2mc>

- Modèle chirurgical

<https://www.youtube.com/watch?v=TNVqTQQj2mc>

<https://www.youtube.com/watch?v=KkUdT0GyInk>

- Modèle jetable en papier

<https://www.youtube.com/watch?v=09SymK56yAU>

- Modèle "CHU"

<https://www.youtube.com/watch?v=mNbBBckLVFo>

Si vous trouvez de meilleurs tutoriels, merci de me les signaler.

## LE RECYCLAGE PAR NETTOYAGE

La plupart des masques utilisés sont nettoyables et biologiquement décontaminables.

Le lavage à l'eau savonneuse est efficace. Veiller à bien rincer, au moins 3 fois à l'eau claire.

Le nettoyage à l'alcool éthylique (alcool à brûler) est applicable à tous les masques, y compris sur les masques en polyéthylène du commerce. Placer le masque dans un grand bocal, y verser un verre d'alcool. Fermer et secouer énergiquement pendant 1 mn.

Ouvrir et placer le masque à égoutter sur un support fabriqué à partir d'un cintre en fil de fer. Essorer doucement entre les doigts. Refermer le bocal, et sécher le masque à l'air libre.

**NB** L'alcool à brûler et ménager sont dénaturés avec du bitrex donnant un goût très amer.

Rincer en plusieurs fois à l'eau claire pendant 5mn puis essorer et sécher.



Après un usage court, comme après une sortie achats, un passage au sèche-cheveu au maximum de température pourrait être suffisant pour détruire les virus, mais pas encore de certitude confirmée dans le cas du Covid-19.

Sur les masques en tissu, un repassage au fer chaud et/ou à la vapeur est possible.

Ne jamais utiliser un fer à vapeur au contact ni de vapeur sur les masques en polyéthylène.

Dans tous les cas, attendre que le masque soit bien sec pour le réutiliser.

## LIENS

La page Covid-19 sur mon site internet *becot.info*

<http://becot.info/Toutim/Coronavirus/Covid-19.htm>

Deux pages qui sont un bon complément à ce mémo sur le site *couture et paillettes* :

<https://coutureetpaillettes.com/mes-coutures/masques-tissus-prevention-coronavirus/>

<https://coutureetpaillettes.com/mes-coutures/masques-tissus-prevention-spec-afnor/>

La spécification AFNOR

<https://www.snof.org/sites/default/files/AFNORSpec-S76-001-MasquesBarrieres.pdf>

## HYGIÈNE

Ne pas oublier les lunettes pour la protection des yeux et une coiffe sur les cheveux.

Surtout, sitôt après avoir retiré le masque, appliquer strictement les **consignes d'hygiène** :

**Se moucher, se laver les mains et le visage (eau savonneuse), faire un bain de bouche.**