

Réflexions en vue du déconfinement

Utiliser systématiquement un masque

Des écrans antipostillons aux masques certifiés

La protection personnelle

Le bandana, l'écharpe, un masque en tissu ou en papier



Ces solutions permettent de limiter la propagation des postillons. Pensez à les laver ou à jeter le masque papier après chaque usage.

Le masque professionnel
Chirurgical



A sens unique, il retient uniquement les particules émises par son porteur.

FFP2

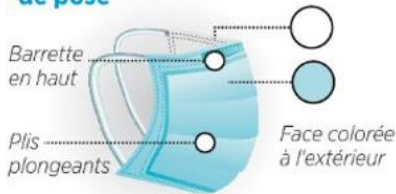
Filtere l'air inhalé et rejette et protège un soignant de la contamination de son patient.

Se le procurer

- Soit confection maison ou équivalents, les masques en tissus peuvent être lavés mais il faut les sécher, c'est très important
- Soit masques fournis mais où s'en procurer ? combien pour chacun ? A quel usage ?

(Images : d'après Aujourd'hui en France du 24 avril 2020)

Respecter le sens de pose



Barrette en haut

Plis plongeants

Face colorée à l'extérieur

Savoir l'utiliser

Il faut savoir se servir d'un masque :

- **Savoir le mettre**, c'est-à-dire

Qu'il y a un sens, un côté face (vers le visage)

Qu'il ne faut le mettre qu'en touchant aux rubans,

Et faire attention à ne pas toucher le nez avec un bord.

Pour cela, il faut écarter les côtés avec les rubans et mettre le nez au milieu du masque.

C'est seulement après qu'on peut tirer en arrière sur les rubans et bien les accrocher derrière les oreilles. Il faut que la taille soit bonne.

Attention si on porte des lunettes, interdiction de toucher le bord du masque avec les mains. Dans ce cas, si le masque est mal placé, le reprendre par les deux rubans et le replacer jusqu'à ce qu'il soit bien mis.

- **Savoir le garder**

Un fois bien placé, l'ouvrir comme un éventail par un mouvement vertical pour qu'il couvre bien le menton et le nez à la fois.

Une fois posé, il ne faut plus toucher le masque puisqu'il est sensé arrêter les virus. Il est donc sale et si les mains le touchent, Ce sont les mains qui sont désormais sales.

Interdiction de se frotter les yeux !

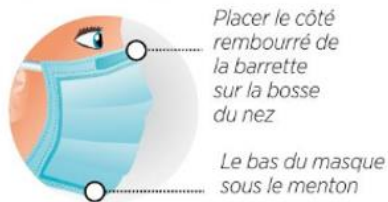
Pourquoi cette rigueur ?

Risque d'une deuxième vague : la deuxième quinzaine de mai et la première semaine de juin

Ne toucher que les extrémités des rubans



Bien positionner le masque



Placer le côté rembourré de la barrette sur la bosse du nez

Le bas du masque sous le menton

Ajuster la bande pour le nez



Après avoir bien positionné votre masque, ne le touchez plus

Problème de **l'accompagnement** des personnes à mobilité réduite, des malvoyants, des malentendants.

Masques transparents pour les sourds, les autistes, certains patients psychiatriques

Le déconfinement : La Responsabilité de chacun

Il faut SE tester à l'abri des autres, en toute honnêteté

Autoévaluation sanitaire	Autoévaluation comportementale
<input type="checkbox"/> >65 ans ou >70 ans ?	<input type="checkbox"/> Avoir des masques
<input type="checkbox"/> Problème pulmonaire	<input type="checkbox"/> Savoir se servir d'un masque
<input type="checkbox"/> Problème cardiaque rythme/pacemaker Tension	<input type="checkbox"/> Pouvoir se laver les mains ou avoir gel
<input type="checkbox"/> Diabète insuline +	<input type="checkbox"/> Pouvoir faire respecter la distanciation Refuser des invitations à plusieurs
<input type="checkbox"/> Indice Masse Corporelle >28-30	<input type="checkbox"/> Disposer d'un accompagnateur fiable

RESULTATS

Trois cases = vulnérable

Quatre cases = très vulnérable

Cinq cases = rester confiné

Trois cases = vigilance limite

Deux cases = vigilance insuffisante

Une case = indiscipline, rester confiné

Danger pour soi

Danger pour les autres

IMC = poids en kg/ taille en mètre x taille en m.

Exemple : 65 kg pour 1,65 mètre

65 divisé par 1,65x1,65 = 65 : **2,722 = 23,8**

Pas de problème d'IMC dans ce cas.

Ne pas cocher le carré correspondant.

Jacques Gonzales