

## Les conseils pratiques

### • Ce qui peut altérer l'étanchéité du masque :

**La taille du masque :** se renseigner auprès des fournisseurs sur les différentes tailles\* de masques disponibles.

*\*une seule taille ne peut convenir à toutes les morphologies.*

**La barbe :** se raser pour une bonne étanchéité du masque, dans le cas contraire, préférer les casques ou cagoules s'ils permettent d'obtenir le facteur de protection minimale requis.

**Les lunettes :** retirer vos lunettes avant de positionner le demi-masque, et remettre vos lunettes avant de vérifier l'étanchéité.

Si les lunettes ne sont pas compatibles avec un masque complet, s'orienter de préférence vers une cagoule adaptée.

**Les accessoires :** retirer les accessoires de type colliers, boucles d'oreilles, foulards, coiffures, piercing...

### • La durée du port du masque :

Changer le masque respiratoire en fonction :

- des recommandations du fabricant,
- des détériorations du masque.

### • La durée de vie des filtres dépend de la nature et de la concentration des polluants :

Changer les filtres respiratoires en consultant en priorité :

- les recommandations du fabricant,
- la perception d'odeurs,
- une gêne respiratoire,
- la détérioration des filtres.

*Astuce : notifier la date sur chaque filtre lors de leur changement.*

### • Le nettoyage et l'entretien :

**Nettoyer et désinfecter** les masques complets ou les demi-masques réutilisables après chaque utilisation.

**Ranger après utilisation** les masques dans des sacs ou boîtiers hermétiques puis dans des armoires prévues à cet effet.

**Mettre à l'abri des conditions extérieures** (salissures, humidité, rayonnement solaire, chaleur et froid et substances dangereuses).

Jeter après utilisation les demi-masques jetables.

### • L'usage personnel :

Les masques de protection respiratoire sont des Equipements de Protection Individuelle (EPI), réservés à un usage personnel.

## Poser, ajuster vos protections respiratoires



*pour une bonne efficacité.*



## Types de protection

## Positionnement et ajustement des masques respiratoires

## Test d'étanchéité



Demi-masque jetable



Placer les sangles derrière la tête et positionner la pièce sur le visage.



Masque complet



Placer le masque sur le visage, bien équilibré sur l'arête du nez, puis ramener le harnais du masque sur le haut de la tête.



Prendre en main les 2 extrémités de la bride inférieure, les amener derrière la nuque et les attacher.



Serrer les lanières en les tirant vers l'avant.



Vérifier l'absence de fuite : placer la paume de la main sur la soupape et **expirer**. L'étanchéité est correcte si le masque gonfle légèrement et si aucune fuite n'est détectée.

Filtre



Demi-masque réutilisable

Soupape



Demi-masque jetable antipoussière



Ouvrir le masque et mettre en forme la barre nasale.



Tenir le masque dans une main, côté ouvert face au visage. Poser le masque sur le visage à partir du menton, et passer les brides\* par dessus la tête.

\*Bien ajuster au-dessus et en-dessous des oreilles sans les croiser.



A l'aide des 2 mains, conformer la barrette nasale sur le nez avec les doigts..



Couvrir le masque avec les 2 mains, tout en veillant à ne pas en modifier la position...

Avec soupape : inspirer très fortement  
Sans soupape : expirer très fortement