

BIEN UTILISER UN MASQUE

Se laver les mains est indispensable avant de mettre un masque. Une fois en place, le masque doit être touché le moins possible. Il faut que le masque couvre la bouche et le nez jusqu'à sa racine.

LA DURÉE D'UTILISATION

Masque chirurgical



Un masque chirurgical est conçu pour un usage unique. Dans l'idéal, il doit être jeté dans la poubelle des ordures non recyclables après 4 heures d'utilisation, dès qu'il est mouillé (condensation, transpiration), ou aussitôt qu'il est abîmé. Des données scientifiques montrent toutefois qu'il est possible de le réutiliser après lavage (voir plus bas).

Masque en tissu



La recommandation la plus courante est de ne pas l'utiliser plus de 4 heures d'affilée. L'Académie de médecine estime possible de le porter toute la journée, mais elle n'a pas apporté de données à l'appui de sa position. En pratique, il est rare de se trouver dans l'obligation de porter un masque aussi longtemps. Si c'est le cas (personnel de l'Éducation nationale, élèves à partir du secondaire, travail en *open space*), s'en tenir à un temps d'utilisation limité à 4 heures paraît le plus raisonnable, dans l'attente d'éléments justifiant scientifiquement l'allongement de la durée d'utilisation.

L'ENTRETIEN DES MASQUES EN TISSU

Combien de lavages ?

Les masques en tissu affichant une garantie filtration indiquent le nombre de lavages possibles. Pour les masques en tissu maison, il n'y a pas de règle claire. Notre [test de 18 masques en tissu maison](#) montre qu'après 10 lavages, toutes les étoffes à l'exception du Lycra filtrent mieux qu'à l'état neuf. C'est un bon point de repère. D'autres signes sont à prendre en compte : si, après passage en machine, les fibres du tissu se resserrent au point de rendre la respiration difficile, mieux vaut ne plus utiliser le masque. Idem si les élastiques ont rétréci au point de faire souffrir

les oreilles ! De même, si, à force de lavages, l'étoffe finit par s'user ou se relâcher, les capacités de filtration sont peut-être compromises. C'est sans doute le moment de changer de masque.

À la machine, à la main ?



Tout est possible, du moment qu'il y a de l'eau chaude, du détergent, et un brassage mécanique ! C'est la combinaison des trois qui assure l'efficacité contre le virus.

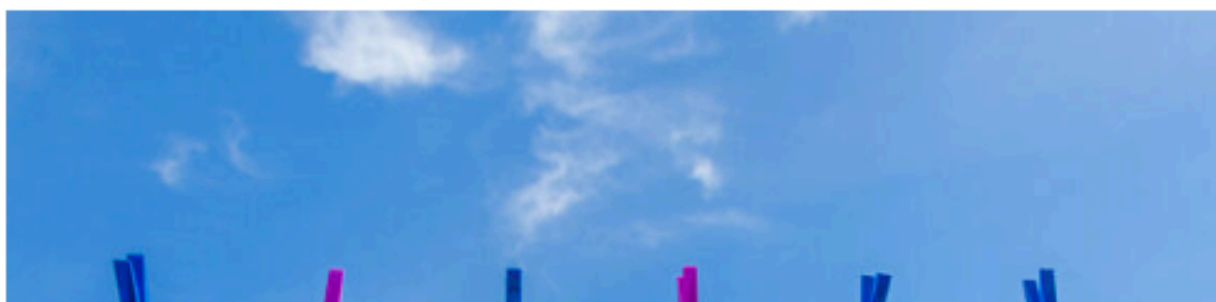
À quelle température ?

En machine, une température de 60 °C, fatale au SARS-CoV-2, est recommandée. Profitez d'une lessive de draps et de serviettes de bain pour jeter vos masques dans le tambour ! Si vous lavez rarement à 60 °C, un cycle à 40 °C ou un lavage à la main, associé à l'action du détergent et au brassage mécanique, peut suffire. Pour avoir la certitude d'avoir éliminé le virus, un coup de fer sans vapeur, au premier cran de réglage, complète le processus. Vous pouvez aussi laisser vos masques quelques jours de côté après lavage.

Lessive, savon ?

Peu importe le détergent, du moment qu'il est associé à de l'eau chaude et un brassage ! Le savon a la propriété de briser l'enveloppe du virus et de le neutraliser.

Séchage



Séchage



Le sèche-linge est la meilleure solution en raison de sa rapidité. Le séchage à l'air libre est envisageable dans un endroit bien ventilé : un masque en tissu ne doit pas rester dans le lave-linge ou sécher sur un séchoir surchargé de linge, cela favoriserait le développement de moisissures. L'usage du sèche-cheveux est possible mais fastidieux s'il faut en sécher plusieurs.

QUAND FAUT-IL JETER SON MASQUE EN TISSU ?

Les masques portant une garantie filtration officielle indiquent le nombre de lavages (et donc de réutilisations) possibles. Au-delà, les capacités de filtration ne sont pas garanties. En l'absence de consignes (masques faits maison, masques achetés en vrac), l'aspect du tissu est un point de repère : si les lavages resserrent les fibres textiles et que la respiration devient pénible, le masque ne doit plus être utilisé. Idem quand le tissu commence à s'user.

PEUT-ON RÉUTILISER UN MASQUE CHIRURGICAL, ET À QUELLE CONDITION ?

PEUT-ON RÉUTILISER UN MASQUE CHIRURGICAL, ET À QUELLE CONDITION ?

Plusieurs solutions sont possibles pour réutiliser un masque chirurgical qui, réglementairement, est à usage unique. L'enjeu est de conserver les capacités de filtration tout en éliminant le virus.

[Des chercheurs ont testé le lavage en machine des masques chirurgicaux, avec succès.](#)

- Leurs résultats suggèrent qu'il est possible de les passer jusqu'à 5 fois en machine avec de la lessive, à 60 °C. La température est suffisante pour neutraliser SARS-CoV-2, mais elle ne détériore que très peu le masque.
- Autre possibilité : passer les masques à la chaleur sèche, par exemple au four à 70 °C pendant 30 minutes, en veillant à les isoler des parties métalliques de l'appareil.
- La vapeur d'eau est également efficace, mais là encore, il faut être prudent : on peut placer un masque au-dessus d'une casserole 10 minutes, mais attention au risque de brûlures.
- Il existe une méthode de désinfection sans aucune manipulation risquée, mais plus longue : le virus ne survivant pas plus de quelques jours, mettre les masques déjà portés de côté pendant 5 à 7 jours les débarrasse du virus. Une carte à jouer avec modération, des moisissures pouvant se développer à la longue, sans parler de la saleté !

CE QU'IL NE FAUT PAS UTILISER POUR DÉSINFECTER SON MASQUE

Désinfecter ses masques en les faisant tremper dans de l'eau javellisée n'est pas conseillé, car les vapeurs de Javel persistent même après un rinçage abondant, et elles sont irritantes pour les poumons. Le raisonnement vaut pour toute pulvérisation avec un désinfectant, du gel hydroalcoolique, des huiles essentielles, etc. Les résidus sur le masque peuvent être toxiques pour les voies respiratoires.

POURQUOI NE DOIT-ON PAS TOUCHER OU DÉPLACER SON MASQUE QUAND ON LE PORTE ?





Il est inévitable de toucher son masque, pour le replacer s'il a glissé ou pour resserrer son emprise sur le nez. Pourtant, il faut veiller à le faire le moins possible, car s'il est contaminé, vous risquez de propager le virus par le biais de vos mains. C'est peu probable, mais c'est possible.

POURQUOI FAUT-IL PORTER LE MASQUE SUR LE NEZ ET LA BOUCHE ?



La connaissance du virus et de son mode de transmission n'est pas encore parfaite, mais une chose est certaine, [la contamination se fait essentiellement par aérosol](#), sorte de nuage invisible constitué de particules très fines que nous expulsons à chaque respiration, y compris par le nez. Se couvrir la bouche n'est donc pas suffisant, le masque doit se porter de la racine du nez au menton.



Masques chirurgicaux • Sont-ils lavables en machine ?

Publié le : 30/09/2020



Selon la réglementation, les masques chirurgicaux doivent être jetés après 4 heures d'utilisation. Des essais menés par des scientifiques suggèrent qu'ils peuvent être passés en machine pour être réutilisés.



Même si le prix des masques chirurgicaux a un peu baissé, s'en équiper pour le quotidien peut revenir cher. D'autant que le besoin n'est pas près de s'éteindre. Bonne nouvelle, il est possible de les passer au lave-linge pour les réutiliser ! Des expériences ont été réalisées et ont montré que leurs performances n'étaient que très peu affectées par un lavage en machine. Ainsi, dès avril, des équipes du Centre national de la recherche scientifique (CNRS) ont exploré la piste du recyclage des masques à usage unique, et ont pu les laver jusqu'à 10 fois en machine à 60 °C, avec de la lessive, sans qu'ils perdent leurs capacités de filtration. « *Ils conservent dans ces conditions leur compatibilité avec la norme* », assure Philippe Cinquin, enseignant-chercheur à l'université de Grenoble-Alpes (Isère). Plus récemment, Philippe Vroman, enseignant-chercheur à l'École nationale supérieure des Arts et Industries textiles (ENSAIT) de Roubaix (Nord) a fait état sur les ondes de France Bleu d'un test de 5 lavages, à l'issue duquel les masques avaient certes, et logiquement, perdu leur charge électrostatique, mais gardé un **niveau de filtration supérieur aux masques en tissu portant la garantie « filtration » officielle**.

CHARGES VIRALES

Étant donné ces résultats convergents, il semble possible de conserver les masques portés plus de 4 heures, et de les laver au moins une ou deux fois en vue de les réutiliser, sauf s'ils présentent des signes évidents de détérioration après usage. Il faut bien entendu prendre garde à les collecter dans un sac à part, et à ne pas les laisser traîner n'importe où en attendant de lancer une lessive. Mais si la filtration se maintient à un niveau satisfaisant, a-t-on la certitude qu'un nettoyage en machine débarrasse les masques d'une éventuelle charge virale ? Les essais n'ont pas pu aller jusque-là : les autorités sanitaires ont refusé le protocole du CNRS visant à tester un usage en vie réelle, où les masques auraient été portés entre chaque lavage. La raison : ces masques sont à usage unique, tester leur utilisation en dehors de leur destination initiale n'est pas envisageable.

LAVAGE À 60 °C

Reste que, pour les masques en tissu, l'efficacité virucide du lavage n'est pas non plus strictement établie. Il est simplement admis que, SARS-CoV-2 succombant à 60 °C, un lavage à cette température suffit à le détruire. Si le raisonnement vaut pour un masque réutilisable en tissu, il vaut également pour un masque à usage unique. Cette solution de recyclage des masques chirurgicaux s'ajoute donc à [celles déjà connues](#) : les laisser 5 à 7 jours de côté, sans y toucher ; les mettre au four 30 minutes à 70°C sous surveillance (chaleur sèche), ou les passer 10 minutes à la vapeur. Le repassage des masques chirurgicaux doit se faire avec prudence, car ils contiennent du plastique.