

# Consignes pour l'utilisation adéquate du masque N95

## Comment le mettre

- Procéder à l'hygiène des mains;
- Retirer ses lunettes, s'il y a lieu;
- Procéder à l'hygiène des mains.



Déposer le masque dans la paume de votre main : la paroi nasale vers les doigts, les sangles pendantes sous votre main.



Déposer le masque sur votre visage, en commençant par couvrir votre menton, suivi du nez.



Prendre la sangle supérieure du masque et la déposer sur le dessus de votre tête.



Prendre la sangle inférieure et la déposer sur la nuque (si nécessaire, retirer les cheveux de façon à avoir la sangle sur la peau) et vérifier que les sangles ne soient pas tordues.



Ajuster la barrette nasale à la forme de votre nez, s'il y en a une. Faire les vérifications sommaires en plaçant vos mains sur le N95 et inhaler profondément, le masque devrait s'affaisser légèrement sur votre visage.

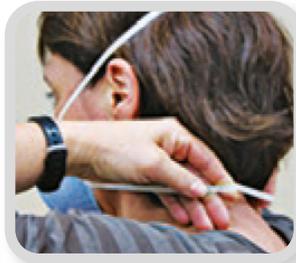


Laisser vos mains sur le masque et souffler légèrement, celui-ci devrait bomber légèrement.

- Procéder à l'hygiène des mains;
- Remettre vos lunettes, le cas échéant, en mettant les branches des lunettes par-dessus les sangles du masque;
- Procéder à l'hygiène des mains.

## Comment le retirer

- Procéder à l'hygiène des mains;
- Retirer ses lunettes, s'il y a lieu;
- Procéder à l'hygiène des mains.



Prendre la sangle inférieure et la faire passer par-dessus votre tête et garder votre main sur cette sangle jusqu'au retrait complet du masque.



Avec votre autre main, prendre la sangle supérieure et la passer par-dessus votre tête.



À partir des sangles, disposer du N95 dans un contenant prévu à cet effet en ne touchant pas la partie extérieure du masque.

- Le port en continu implique l'utilisation de quatre masques de type N95 par quart de travail. Il doit être remplacé à chaque pause et à chaque repas.
- Remplacer le N95 s'il est souillé, endommagé ou après une IMGA. Ces changements s'ajoutent à l'allocation des quatre masques par quart.
- Le N95 est requis peu importe le statut infectieux de l'utilisateur.
- Ne pas toucher le N95 lors de son utilisation, soit entre la dernière étape de sa pose et la première étape de son retrait. Le cas échéant, procéder à l'hygiène des mains avant et après.
- Un rasage facial quotidien est nécessaire pour favoriser l'étanchéité optimale.



Centre intégré de santé et de services sociaux de Chaudière-Appalaches