

Recommandation pour la gestion des masques

David Blumer, HR-AGS-GSP

Date:
30.04.2020

Questions

Quand le port de masques est-il indiqué et dans quelles conditions doivent-ils être utilisés ?

État actuel des connaissances

"Il n'est pas conseillé aux employés de porter des masques pour leur protection. Font exception les cas où un masque doit être porté pour d'autres raisons liées à la fonction professionnelle, par exemple par le personnel de santé". (BAG)

Recommandation sur l'utilisation des masques

En plus des cas où les masques étaient ou devraient être utilisés pour des raisons liées à l'activité avant même la COVID-19 (par exemple, le broyage, le changement des nattes filtrantes), les masques ne sont actuellement indiqués que pour la protection des employés dans le cas suivant:

- Lors d'une activité, la distance entre deux personnes est inférieure à 2m, dure plus que 15min au total et
- cette situation ne peut être résolue de manière appropriée, ni techniquement (par exemple par des vitres en plexiglas) ni en termes d'organisation (par exemple en travaillant à temps décalé).

Sur la base de nouvelles études épidémiologiques sur le COVID-19, les masques d'hygiène sont aussi suffisants pour la protection, selon l'état actuel des connaissances, si la personne d'en face porte également un tel masque à une distance inférieure de 2m.

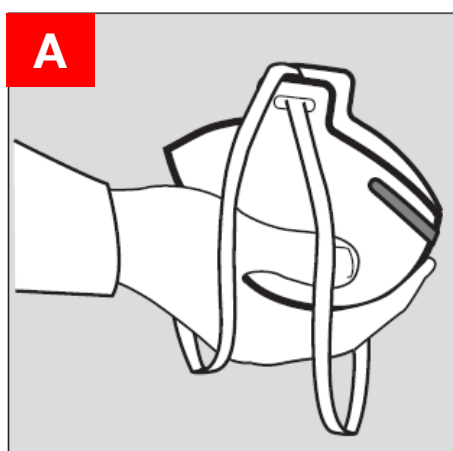
Jusqu'à ce qu'ils soient disponibles en quantités suffisantes, les masques FFP2 existants peuvent continuer à être utilisés pour protéger contre l'infection par le COVID-19. Ceci également dans les rares cas où l'utilisation d'un masque est indiquée lors d'un contact indispensable avec des personnes extérieures aux CFF.

Utilisation des masques

- Si des masques sont utilisés, il est très important qu'ils soient manipulés correctement, sinon le risque d'infection peut même augmenter.
- Il est nécessaire d'instruire les employés en conséquence. Les instructions figurant dans les pages suivantes doivent donc être strictement respectées.

Notes importantes :

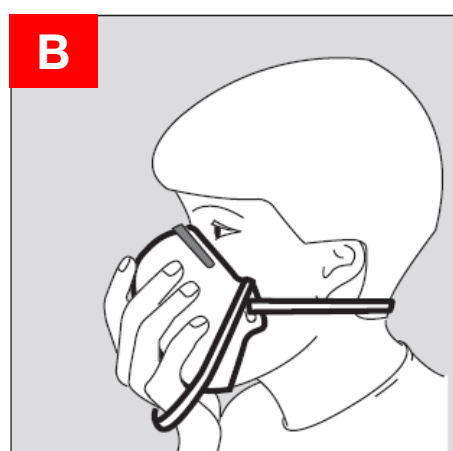
- Le masque peut être utilisé pour une durée maximale d'un tour de travail (8 heures).
- L'utilisateur reconnaîtra la fin de la durée de vie du masque par une résistance respiratoire accrue.
- Raser les poils du visage avant de porter le masque.
- Laver les mains immédiatement avec du savon avant de mettre le masque et après l'avoir retiré.
- Ne pas nettoyer ou stocker (sauf une fois pendant une pause) les masques usagés, mais les jeter.



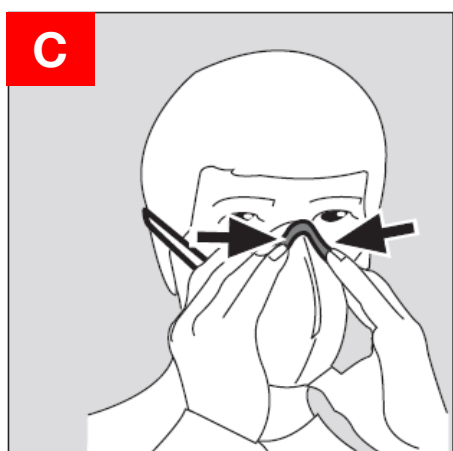
Avant de mettre le masque, se laver soigneusement les mains à l'eau et au savon, puis les sécher avec une serviette en papier propre.

Tenir le masque dans la main avec les boucles qui pendent sous la main (voir **figure A**).

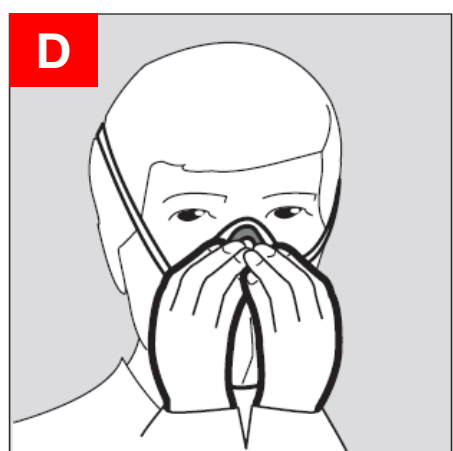
S'assurer que le masque n'a pas de trous.



Tenir le masque sous le menton et sur le nez. Étirer la boucle inférieure et la tirer par-dessus la tête jusqu'au cou. Placer la boucle supérieure en haut sur l'arrière de la tête (voir **figure B**).



Utiliser les deux mains pour ajuster le pince-nez au contour du nez (voir **figure C**). Le réglage avec une seule main pourrait affecter l'ajustement étanche.



Pour vérifier s'il y a des fuites, saisir le masque avec les deux mains et expirer fortement (voir **figure D**). Si l'air s'échappe, redresser le masque.

Retirer le masque en tirant d'abord la boucle inférieure, puis la boucle supérieure au-dessus de la tête sans toucher le devant du masque. Jeter le masque dans un récipient fermé ou, une fois, à l'occasion d'une pause prolongée, le déposer à un endroit prévu à cet effet (par exemple, sur un plateau) avec la face avant vers le bas (le masque ne peut être réutilisé que par la même personne).

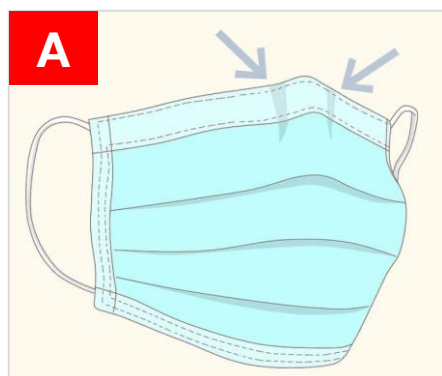
Ne pas toucher le masque lui-même car il peut être contaminé.

Se laver les mains après avoir retiré le masque.

Lorsque vous remettez le masque après une pause, recommencez à partir de l'étape A et ne touchez pas l'intérieur du masque.

Informations importantes:

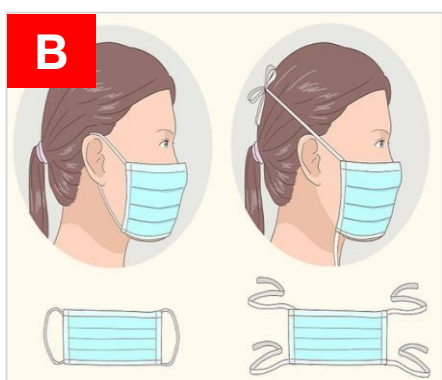
- Porter le masque une seule fois et pendant 4 heures maximum (à rajouter au trajet pour se rendre au travail; même si le masque est humide).
- Changer immédiatement de masque s'il est abîmé.
- Ne pas nettoyer ou entreposer les masques usagés, mais les éliminer.
- Bien se laver les mains à l'eau savonneuse avant de mettre un masque et après l'avoir retiré et éliminé.
- Voir sous <https://www.youtube.com/user/bagofspufsp/videos> pour une vidéo officielle de l'OFSP sur l'utilisation des masques d'hygiène.



Avant de **mettre le masque**, bien se laver les mains à l'eau savonneuse et les essuyer à l'aide d'un papier essuie-mains propre.

Poser le masque sur le nez et la bouche. La partie renforcée avec la barrette nasale vient se positionner au-dessus du nez (voir **illustration A**).

Attention: le côté bleu du masque doit être tourné vers l'extérieur.



Passer un élastique derrière chaque oreille ou nouer les liens supérieurs derrière la tête (voir **illustration B**).



Ajuster la partie inférieure du masque de manière à bien recouvrir le menton (voir **illustration C**). Modeler la partie renforcée du masque de sorte que le bord supérieur soit bien appliqué sur tout le visage. Le masque doit recouvrir l'ensemble du visage entre le haut du nez et le dessous du menton.



Pincer la barrette nasale avec le pouce et l'index pour bien appliquer le masque sur le nez (voir **illustration D**).

Si le masque a des liens, nouer les liens inférieurs derrière la tête à la base de la nuque.

Pauses (par ex. pour boire/ manger) et **interruptions nécessaires au service** (par ex. pour donner le signal d'avertissement): retirer un élastique latéral avec la main opposée ou ouvrir les liens supérieurs et rabattre le masque sur le côté ou vers le bas (ne pas toucher le masque lui-même). **Remise en place:** Placer la bande derrière l'oreille ou nouer les liens supérieurs derrière la tête. S'il est nécessaire de saisir le tissu lui-même pour ajuster le masque, se laver ensuite les mains ou, si ce n'est pas possible, les désinfecter.



Retirer le masque par les élastiques ou les liens sans toucher la face extérieure du masque (voir **illustration E**). Éliminer le masque dans un conteneur fermé. Ne pas toucher le masque, car il pourrait être contaminé. Se laver immédiatement les mains après avoir éliminé le masque.