

## Renseignements sur le port du masque

Au Réseau de santé Horizon, tous les patients et visiteurs qui entrent dans les établissements doivent porter un masque tout au long de leur visite. Cette exigence est appuyée par le Service de prévention et de contrôle des infections d'Horizon ainsi que par le Bureau du médecin-hygiéniste en chef (BMHC).

### QUI DEVRAIT PORTER UN MASQUE?

- Tout le monde, y compris les personnes souffrant d'une maladie pulmonaire, devrait porter un masque, pratiquer l'éloignement physique et se laver souvent les mains afin de prévenir la propagation de la COVID-19.
- Si le port d'un masque vous cause de l'anxiété ou des essoufflements, évitez les situations où vous devez en porter un. Vous pouvez aussi consulter votre fournisseur de soins de santé pour obtenir des conseils ou des trucs sur le port du masque.

### POURQUOI DEVRAIS-JE PORTER UN MASQUE?

- Le port d'un masque peut protéger les gens qui nous entourent. Vous pourriez avoir contracté le virus même sans présenter de symptômes. Lorsque vous portez un masque de façon appropriée, vous pouvez réduire la propagation de vos propres gouttelettes respiratoires infectieuses.

### LES PATIENTS SOUFFRANT D'UNE MALADIE PULMONAIRE SOUS-JACENTE PEUVENT-ILS PORTER UN MASQUE?

- AUCUNE preuve ne démontre que le port d'un masque aggrave les troubles respiratoires.
- Nous recommandons aux personnes éprouvant de la difficulté avec le port d'un masque de consulter leur fournisseur de soins de santé afin d'élaborer des stratégies pour pouvoir utiliser cette protection supplémentaire.

### L'UTILISATION PROLONGÉE D'UN MASQUE CAUSE-T-ELLE L'INTOXICATION PAR CO<sub>2</sub>?

- L'utilisation prolongée d'un masque peut être inconfortable. Cependant, le port du masque ne cause pas l'intoxication par CO<sub>2</sub> ni un déficit d'oxygène. Quand vous portez un masque, assurez-vous de bien l'ajuster. Couvrez complètement votre bouche et votre nez sans laisser d'espaces. Tirez le bas du masque en vous assurant qu'il est ajusté sous votre menton.

### RÉFÉRENCES :

(Association pulmonaire du Canada)

[https://www.lung.ca/sites/default/files/Facemask\\_infosheetENFINAL%20%281%29.pdf](https://www.lung.ca/sites/default/files/Facemask_infosheetENFINAL%20%281%29.pdf)

(Réseau de santé Horizon)

[https://en.horizonnb.ca/home/patients-and-visitors/coronavirus-\(covid-19\)/covid-19-frequently-asked-questions.aspx](https://en.horizonnb.ca/home/patients-and-visitors/coronavirus-(covid-19)/covid-19-frequently-asked-questions.aspx)

(Société canadienne de thoracologie)

<https://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/24745332.2020.1780897?needAccess=true&>

(Organisation mondiale de la santé)

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/myth-busters>

(Gouvernement du Canada)

<https://www.canada.ca/en/public-health/services/diseases/2019-novel-coronavirus-infection/prevention-risks/about-non-medical-masks-face-coverings.html>