

Cher(e)s ami(e)s,

La situation est devenue gravissime, voire critique, comme l'état d'un nombre croissant de malades graves dans des hôpitaux débordés!

Il n'y a plus qu'un SEUL MESSAGE A DIFFUSER LE PLUS LARGEMENT POSSIBLE A TOUT LE MONDE:

"METTEZ UN MASQUE A CHAQUE FOIS QUE VOUS SORTEZ DE CHEZ VOUS. Si vous n'en avez pas, CONFECTIONNEZ-LE VOUS-MÊME EN TISSU, ou faites-le confectionner par quelqu'un d'autre."

Il devient évident maintenant que TOUT LE MONDE DOIT PORTER UN MASQUE, car le masque est le PREMIER GESTE BARRIERE dans la lutte contre le Covid-19, largement utilisé par tous les pays asiatiques qui ont ainsi réussi à contenir l'épidémie.

Écoutons les propos récents de **Florence de Changy**, journaliste correspondante à Hong Kong pour Le Monde, RFI et Radio France (Réf 1):

"Comme tout le monde, j'observe la gravité de la situation (en France). Or, sur la base de l'expérience Hongkongaise, une solution simple pour enrayer l'aggravation de la situation me saute aux yeux(...)

L'exemple Hongkongais a montré que lorsqu'une population dans son entière totalité adopte le port du masque, comme forme de confinement individuel, la propagation du virus peut être quasiment arrêtée. (...)

Je suis donc ahurie d'entendre les autorités sanitaires françaises continuer d'affirmer que le masque ne sert à rien ou à presque rien. Cela me semble grave et dangereux alors qu'il faudrait au contraire inciter tous les Français à en porter, pas seulement le corps médical (...)

Ou encore cet article du **Pr John Zhai**, de l'Université de Colorado, aux USA:

"Le masque facial: une nécessité pour battre le Covid-19" (Réf 2 et PJ):

"Les leçons durement apprises en Chine, comme l'utilisation des masques, ont été ignorées dans la plupart des pays durement touchés dans le monde." (...)

Comme cela a été largement testé, le virus ne peut pas survivre et se transmettre une fois qu'il a quitté l'hôte, sans s'attacher à divers supports comme des gouttelettes. Ces gouttelettes sont de taille beaucoup plus grande, par exemple 5-20 micromètres, et peuvent être facilement arrêtées par des masques ordinaires(...)

Les masques faciaux peuvent prévenir efficacement l'infection de personne à personne par le biais de gouttelettes transmises. Avec le nombre croissant de patients sans symptômes, porter un masque facial devient crucial, car tout le monde peut être une source potentielle méconnue de virus. Avant que ces personnes puissent être pleinement identifiées et mises en quarantaine comme le fait la Chine, encourager l'utilisation du masque facial est l'approche la plus efficace pour éviter une nouvelle flambée de la maladie.(...)

Le port de masques faciaux réduira le risque de toucher directement la bouche et le nez - les parties les plus exposées du visage. (...)

Les autorités redoutent que l'exhortation au port de masque ne fasse qu'aggraver la situation, laissant les médecins et les infirmières sans protection adéquate. La Chine a connu ce dilemme il y a exactement un mois, mais n'a pas empêché le port des masques lorsque les gens sortent dehors. En plus de la production active de diverses fournitures médicales, des masques faciaux faits maison ont été promus de façon créative et partagée dans la société. (...)

Dans l'ensemble, ce n'est pas une pratique rationnelle et responsable que de décourager l'utilisation du masque facial en fonction de la disponibilité des ressources.

Enfin, encourager une large utilisation des masques faciaux dans des endroits à risque, quel que soit l'état de santé des gens, peut apporter des avantages sociaux et psychologiques importants. Cela augmentera la sensibilisation du public à la gravité de Covid-19, et rappellera constamment aux gens la nécessité de la distanciation sociale.”

Rétablissons maintenant quelques vérités:

1) Outre le masque, il faut aussi PORTER DES LUNETTES, car la muqueuse cornéenne, formée d'une simple couche cellulaire, est aussi une porte d'entrée pour le virus.

2) Concernant la désinfection, pour laquelle on recommande officiellement la solution ou le gel HYDRO-ALCOOLIQUE, qui sont devenus introuvables, n'importe quel DETERGENT (SAVON) est aussi efficace, dissolvant facilement la membrane "bi-couche lipidique" du virus. Donc un nettoyage avec du simple SAVON LIQUIDE DILUE suffit largement. (Réf 3)

3) La distance à observer entre deux personnes, recommandée à 1 m en France est insuffisante, car les gouttelettes de Flügge (postillons) émises à 1-2 m lors de conversations habituelles, peuvent être projetées bien plus loin lors de toux

ou d'éternuement. UNE DISTANCE MINIMALE DE 2 m, comme recommandée par le CDC aux USA, paraît raisonnable.

4) Le MASQUE EN TISSU, réutilisable, peut être STERILISE par le lavage à la machine avec détergent à 65°, ou bien le repassage au fer (si possible à vapeur) réglé pour le coton. Les hautes températures dénaturent ainsi les protéines virales et les inactivent (Réf 3). On peut aussi le mettre au four à micro-ondes à 800W pendant 1 mn (Réf 4).

Bon courage à toutes et à tous!

Rendons hommage à tous les médecins, infirmières et autres professions de santé, qui se battent jour et nuit pour sauver des vies, au péril de leur propre vie. Tenez bon! Nous sommes de tout coeur avec vous.

Le combat pour les "Masques Pour Tous", c'est aussi le combat pour nous tous.

Le 27 Mars 2020

Dr Dinh Hy Trinh, Médecin retraité

Mauricette Lemerrier, psychologue

Pour le Collectif "Masques Pour Tous"

Références

1) <https://www.lalibre.be/debats/opinions/depuis-hong-kong-je-suis-ahurie-d-entendre-les-autorites-continuer-d-affirmer-que-le-masque-ne-sert-a-presque-rien-5e7728699978e201d8c94b71>

2) Zhai J, Facial mask: A necessity to beat COVID-19, Building and Environment (2020)

3) Michel Monsigny, Professeur honoraire des Universités, chercheur au CNRS en Biochimie, Le Coronavirus, à paraître dans les Mémoires de l'Académie d'Orléans.

4) Instruction to 'disinfect' used medical face masks with microwave <https://vietnamtimes.org.vn/instruction-to-disinfect-used-medical-face-masks-with-microwave-18764.html>

Pour vous joindre au Collectif :

Veillez envoyer vos NOM, PRENOMS, PROFESSION, MAIL à :
trinhhy2@gmail.com

Toutes vos suggestions et propositions seraient bienvenues.