

# Le port du masque incompatible avec les lunettes ?

Plein de bonne volonté, décidé à vous protéger et à protéger l'autre, vous avez décidé de sortir avec votre masque de protection contre le coronavirus. Mais dès les premiers instants, la buée obstrue votre vue. En effet, l'air chaud que vous expirez remonte et crée un effet de condensation sur vos verres.

Nous vous proposons quelques conseils pour éviter l'apparition de cette buée :

- Avant de mettre votre masque, nettoyez vos verres à l'aide de savon et d'eau tiède et laissez les sécher à l'air libre. Une fine pellicule protectrice va se former à la surface du verre et ralentir la formation de la buée.
- Ajustez votre masque ! Il convient de le remonter sur l'arête du nez et de resserrer la tige métallique autour de votre appendice nasal pour laisser passer le moins d'air possible.
- Remplacez vos lunettes au-dessus du haut du masque.
- Pliez et placez un mouchoir entre votre visage et le masque. Ce mouchoir va absorber l'excédent d'humidité que vous expirez.
- Adaptez votre respiration. Inspirez par le nez, expirez par la bouche. Cette méthode vous permettra en plus de vous décontracter.
- N'hésitez pas à demander conseil à votre opticien qui pourra vous recommander l'usage d'un spray ou d'un essuie-verre antibuée. Ces solutions sont dédiées à retarder l'apparition de buée en toutes circonstances.

Ces astuces ne rendront pas le port du masque particulièrement agréable, mais elles diminueront toutefois la gêne pendant cette période où il demeure primordial de sortir couvert !