

Grippe pandémique et protection individuelle : hygiène des mains

La présente feuille de renseignements donne des consignes sur l'hygiène des mains pendant une pandémie de grippe.

Hygiène des mains : la meilleure protection

Une hygiène des mains adéquate est le fondement de la prévention contre l'infection et de la lutte contre celle-ci au cours d'une pandémie de grippe. Les virus grippaux peuvent subsister jusqu'à cinq minutes sur les mains et pendant deux jours sur les surfaces dures. Il est donc essentiel que vous vous laviez les mains souvent pour protéger votre santé et celle de votre entourage.

Désinfectant pour les mains à base d'alcool

L'usage d'un désinfectant pour les mains à base d'alcool est la meilleure méthode pour se décontaminer les mains. Il est préférable à un lavage des mains (même avec un savon antibactérien) lorsque les mains ne sont pas visiblement souillées.

Par contre, lorsque les mains sont visiblement souillées, il faut les laver avec du savon et de l'eau courante. En l'absence d'eau courante, utilisez des serviettes humides pour enlever la saleté visible, puis appliquez du désinfectant pour les mains à base d'alcool.

Lavage des mains

La plupart des bactéries transitoires présentes sur les mains sont éliminées grâce au mouvement mécanique lié au lavage, au rinçage et au séchage des mains. Lorsque les mains sont

visiblement souillées, il faut les laver avec du savon et de l'eau courante.

Quand faut-il pratiquer l'hygiène des mains?

L'hygiène des mains doit être pratiquée :

- avant et après un contact avec un patient;
- avant d'effectuer des interventions effractives;
- avant de préparer, de manipuler, de servir ou de manger de la nourriture;
- après des soins liés aux liquides organiques d'un patient (p. ex., aider un patient à se moucher ou pour la toilette, soigner des plaies) et avant de passer à une autre tâche;
- avant de mettre des gants et après les avoir enlevés;
- après avoir satisfait des besoins personnels, p. ex., être allé aux toilettes ou s'être mouché;
- dans le cas d'un fournisseur de soins de santé, à chaque fois qu'il se demande s'il est nécessaire de le faire;
- lorsque les mains touchent involontairement des sécrétions, des excréments, du sang ou des liquides organiques (il faut se laver les mains avec du savon et de l'eau courante);
- après un contact avec des articles situés à proximité du patient.

Facteurs qui influent sur l'hygiène des mains

Les facteurs suivants influent sur l'efficacité de l'hygiène des mains :

- État de la peau – peau intacte ou signes de dermatite, crevasses, coupures ou éraflures
- Ongles : les ongles naturels de plus de 3 ou 4 mm (1/4 po) de long sont difficiles à nettoyer et peuvent percer les gants et abriter plus de micro-organismes que les ongles courts
- Seul le vernis à ongles en bon état est acceptable
- Les soignants ne doivent pas porter de faux ongles ou d'articles de mise en valeur des ongles, qui favorisent le transfert de micro-organismes
- Bijoux – les bagues et les bracelets nuisent à l'hygiène des mains et ne devraient pas être portés si l'on prévoit un contact avec le patient; les bagues font augmenter le nombre de micro-organismes présents sur les mains et le risque de déchirure des gants.

Agents utilisés pour l'hygiène des mains

Désinfectants pour les mains à base d'alcool :

- recommandés pour la décontamination routinière des mains dans des situations cliniques, lorsque les mains ne sont pas visiblement souillées;
- éliminent rapidement la plupart des micro-organismes transitoires;
- ont une teneur en alcool variant de 60 % à 90 %;
- ne sont pas utilisés avec de l'eau;
- contiennent des émoullients réduisant l'irritation de la peau;
- exigent moins de temps que le lavage avec de l'eau savonneuse.

Savon liquide ou moussant :

- Le savon doit être accessible par un flacon à bouchon gicleur jetable.

- Les flacons de savon ne doivent pas être remplis de nouveau, ce qui entraînerait un risque de contamination.
- Les savons en pain ne sont pas acceptables dans les établissements de soins de santé, sauf pour l'usage personnel par un client, un patient ou un résident en particulier.
- Les savons antibactériens peuvent être utilisés dans des unités de soins intensifs ou dans d'autres services où des interventions effractives sont effectuées.

Techniques

Désinfectants pour les mains à base d'alcool :

- Enlevez les bijoux aux mains ou aux bras. Ils sont très difficiles à nettoyer et protègent les bactéries et les virus de l'action antiseptique de l'alcool.
- Veillez à ce que les mains soient visiblement propres (si elles sont souillées, suivez les consignes de lavage des mains).
- Pompez une ou deux fois le produit et appliquez-le entièrement ou faites-en gicler (de la taille d'une pièce de un dollar) dans la paume de votre main.
- Étalez le produit sur toutes les surfaces des mains, en faisant attention aux endroits que l'on omet le plus souvent de laver (bout des doigts, entre les doigts, dos de la main et base des pouces).
- **Frottez-vous les mains jusqu'à ce que le produit soit sec*. Cela prendra au minimum de 15 à 20 secondes si l'on a appliqué suffisamment de produit.**

Lavage des mains :

- Enlevez les bijoux aux mains ou aux bras. Ils sont très difficiles à nettoyer et protègent les bactéries et les virus de l'action mécanique du lavage.
- Mouillez-vous les mains avec de l'eau tiède (pas chaude). L'eau chaude a un effet puissant sur la peau et la dessèchera.
- Appliquez du savon liquide ou moussant. N'utilisez pas de savon en pain dans des établissements de soins de santé, car ce genre de produit peut abriter des bactéries pouvant ensuite se propager à d'autres utilisateurs.

- Lavez vigoureusement toutes les surfaces des mains pendant 15 secondes au minimum. L'élimination des bactéries transitoires ou acquises exige une action mécanique pendant au moins 15 secondes. Faites particulièrement attention aux endroits que l'on omet le plus souvent de laver (bout des doigts, entre les doigts, dos de la main et base des pouces).
- Rincez à fond le savon des mains en les frottant. Les résidus de savon peuvent provoquer des crevasses et le dessèchement de la peau.
- Séchez minutieusement les mains en les tapotant avec de l'essuie-tout. On pourrait endommager la peau si on la frottait vigoureusement avec de l'essuie-tout.
- Fermez les robinets avec de l'essuie-tout afin d'éviter la recontamination de vos mains (**REMARQUE** : En cas d'utilisation d'un séchoir à mains, celui doit être équipé d'un système mains libres).

* Les mains doivent être totalement sèches avant de toucher l'équipement, le patient ou tout ce qui l'entoure afin que le désinfectant pour les mains soit efficace et pour éliminer le risque extrêmement faible d'inflammabilité dans un environnement enrichi en oxygène.

Renseignements

Consultez notre site Web :

http://www.health.gov.on.ca/french/publicf/programf/pubhealthf/fluf/panfluf/panflu_f.html

Appelez sans frais la Ligne-info des fournisseurs de soins de santé au 1 866 212-2272.