


#3 BIEN SE LAVER LES MAINS



TOSHIBA VOUS ACCOMPAGNE



Please !!
wash your
hands before
come in.

Please wash y
hands before
come in!!

L'HYGIENE DES MAINS

Pourquoi se laver les mains ?

le lavage des mains est la mesure d'hygiène la plus efficace pour prévenir la transmission du virus.

La contamination manuportée est un mécanisme important de transmission de micro-organismes. La prévention du risque infectieux passe par des règles d'hygiène simples : en premier lieu, le lavage des mains.

À défaut vous pouvez :

Transmettre des maladies : bronchiolites, gastro-entérites, hépatites A, BMR (Bactéries Multi Résistantes responsables des infections nosocomiales)...

Contracter des maladies : mycoses, gastro-entérites, CMV (cytomégalo virus)...

LE LAVAGE SIMPLE



1 Mouiller abondamment les mains, poignets et avant-bras nus (manches remontées).

2 Appliquer une dose unique de savon liquide doux. Laver les mains pendant 30 secondes en insistant sur les espaces interdigitaux et le pourtour des ongles.

3 Rincer abondamment en laissant s'écouler l'eau des doigts vers le poignet.

4 Essuyer par tamponnement avec une feuille à la fois d'essuie-mains à usage unique. Fermer le robinet avec la dernière feuille d'essuie-mains, et la jeter à la poubelle, sans la toucher.

QUAND ?

À la prise de poste et en le quittant + après tous les gestes de la vie courante :

- Avant de préparer son repas et de manger.
- Avant de mettre son masque.
- Après s'être mouché, avoir toussé ou éternué.
- Après chaque sortie ou après avoir pris les transports en commun.
- Après être allé aux toilettes.
- Après chaque circulation dans les locaux ayant engendré un point de contact avec les mains (poignée de porte, bouton d'ascenseur...)



TOSHIBA

LA FRICTION HYDRO-ALCOOLIQUE



- 1 Utiliser un produit hydro-alcoolique (solution ou gel) délivré par un distributeur (pompe).
- 2 Remplir le creux de la main avec une ou deux poussées de produit.
- 3 Masser les mains jusqu'à pénétration complète du produit en adoptant les six gestes. Répéter ces mouvements jusqu'à séchage.

Attendre le séchage complet avant de commencer les soins (disparition de la sensation d'humidité) : entre 30 et 60 secondes, selon le produit utilisé. L'intérêt de ce geste est lié tant à l'action mécanique de la friction qu'à la composition du produit utilisé.



LES 6 GESTES

Il faut des ongles courts, pas de faux ongles, pas de vernis. Ôter tous les bijoux (bagues, bracelets...). Même si l'activité nécessite le port de gants, l'hygiène des mains est indispensable avant et après le port des gants.

TOSHIBA

QUAND ?

Pour tous les soins à la personne. Sur des mains propres (absence de souillures, sinon faire un lavage simple uniquement).



Prendre une ou deux doses de produit dans le creux de la main en fonction de la taille des mains.



1 Paume contre paume



2 Paume contre dos de la main opposée



3 Doigts entrelacés et espaces interdigitaux



4 Doigts dans la paume de l'autre main



5 Frictions circulaires des pouces



6 Ongles dans la paume opposée