

Lavage des mains et utilisation d'une solution hydro-alcoolisée

FICHE 1

À l'eau et au savon

PROCÉDÉ

EXPLICATIONS

ÉTAPE 1 Préparer les mains.

- Retirer la montre.
- Rouler les manches au-dessus du poignet, si nécessaire.
- Couper les ongles, si nécessaire.
- Inspecter la surface de la peau.

- Pour pouvoir effectuer un bon lavage du poignet.
- Pour atteindre les plis du poignet au cours du lavage.
- Parce que le dessous des ongles est un milieu propice à la vie microbienne.
- Pour y déceler d'éventuelles lésions peut-être infectées.

ÉTAPE 2 Choisir le savon.

- Évaluer les risques ou le degré d'infection.

- Pour choisir celui qui sera le plus efficace dans ces circonstances.

ÉTAPE 3 Adopter une position confortable.

- Se tenir en face du robinet, sans s'appuyer sur le lavabo.

- Pour être à l'aise dans ses mouvements.
- Pour éviter de contaminer son uniforme.

ÉTAPE 4 Régler la température de l'eau.

- Utiliser les dispositifs actionnés par le genou ou le pied lorsqu'ils existent.

- Pour éviter le contact de la robinetterie avec les mains.



- Rendre l'eau tiède.

- Parce que l'eau tiède est moins dommageable pour les mains que l'eau chaude.

ÉTAPE 5 Se laver les mains.

- Maintenir les mains plus basses que le niveau des coudes de façon que l'eau s'écoule des poignets vers l'extrémité des doigts pendant la durée du lavage.

- Parce que l'eau doit s'écouler de la partie la moins contaminée vers la partie la plus contaminée.
- Pour éviter que l'eau ne remonte sur l'avant-bras et ne redescende contaminer une zone nettoyée.



À cette étape, les doigts sont considérés comme plus contaminés.

- Mouiller abondamment les mains et les poignets.
- Appliquer une petite quantité du savon choisi.
- Faire mousser.



ÉTAPE 5 Se laver les mains. (suite)

- Effectuer, pendant 40 à 60 secondes, des mouvements circulaires pour nettoyer à fond les espaces interdigitaux, les paumes et le dos des mains.
- Tremper le bout des doigts dans le savon choisi pour en appliquer sur les deux mains.
- Frotter le bout des doigts et chaque poignet.

– Pour déloger la saleté et les microorganismes.



- Entrelacer les doigts et bien frotter.
- Frotter en alternance le dos d'une main avec la paume de l'autre.



- Encercler les pouces avec la main opposée et frotter.
- Frotter le bout des doigts et chaque poignet.



- Nettoyer les ongles et le dessous des ongles avec la brosse, si nécessaire.

– Parce que les ongles sont porteurs de microorganismes.

ÉTAPE 6 Rincer à fond.

- Rincer toute la surface des mains à l'eau courante propre et tiède.

– Pour déloger la saleté et les microorganismes.
– Pour éviter les irritations causées par le savon.

**ÉTAPE 7 Fermer le robinet.**

- Utiliser les dispositifs actionnés par le genou ou le pied.
ou
- Utiliser une serviette en papier pour fermer le robinet, si nécessaire.

– Pour éviter le contact entre la robinetterie et les mains propres.



ÉTAPE 8 Sécher les mains.

- Essuyer à fond.
- Utiliser une serviette en papier. Si le robinet a été fermé avec une serviette en papier, ne pas réutiliser la même.
- Essuyer :
 - en tapotant;
 - depuis le bout des doigts jusqu'aux poignets.



À cette étape, les doigts sont considérés comme moins contaminés que le poignet.

- Pour éviter les gerçures et la rugosité des mains.
- Pour prévenir le transfert des microorganismes.
- Pour éviter d'irriter la peau.
- Parce que le séchage doit se faire de la partie la moins contaminée vers la partie la plus contaminée.



Avec une solution hydro-alcoolisée (SHA)

ÉTAPE 1

- Verser l'équivalent d'une pièce de 25 ¢ de solution dans la paume de la main.



ÉTAPE 2

- Tremper les ongles dans la solution et la répartir sur les deux mains.



ÉTAPE 3

- Frotter toutes les surfaces de la même manière que vous le feriez pour le lavage avec l'eau et le savon (paumes, dos des mains, poignets, doigts, espaces interdigitaux) pendant 20 à 30 secondes.



ÉTAPE 4

- Laisser sécher les mains complètement avant de poursuivre les activités.

