



Cliniques
universitaires Saint-Luc

POURQUOI TOUT CE BRUIT À PROPOS DE L'IMPORTANCE D'AVOIR LES MAINS PROPRES?

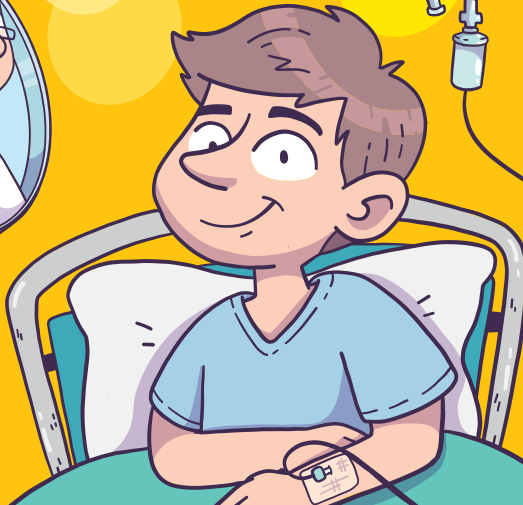
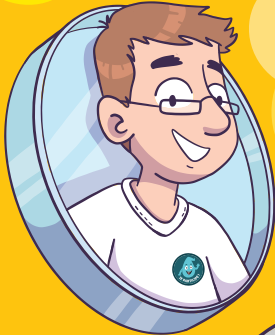


Cliniques universitaires
SAINT-LUC
UCL BRUXELLES

BROCHURE À L'ATTENTION DES PATIENTS
ET DE LEUR FAMILLE



HYGIÈNE DES MAINS, VOUS PARTICIPEZ AUSSI!



WWW.VOUCETESENDEBONNESMAINS.BE

LES PARTENAIRES DE LA CAMPAGNE "VOUS ÊTES EN DE BONNES MAINS"



Introduction

Les germes, aussi appelés microbes, sont partout. Chaque fois que nous touchons un objet, nous récoltons des germes sur nos mains. Les germes vivent autour de nous, en nous et sur nous. Beaucoup de germes sont sans danger et même bons pour notre santé.

Mais il y a des germes qui peuvent nuire à notre santé. Des mains qui ne sont pas propres peuvent transporter beaucoup de germes et propager des maladies d'une personne à l'autre. La bonne nouvelle est que ces germes peuvent facilement être éliminés par une bonne hygiène des mains, c'est-à-dire la bonne façon de procéder pour avoir les mains propres.

Les soignants, les patients, la famille, les visiteurs, les amis ont un rôle à jouer pour prévenir la propagation des infections. Cela commence avec des mains propres.

**L'HYGIÈNE DES MAINS EST LA PRINCIPALE FAÇON
D'ÉVITER LA PROPAGATION DES GERMES
DANS LES ÉTABLISSEMENTS DE SOINS DE SANTÉ,
DANS LA COLLECTIVITÉ ET À LA MAISON.**

On entend par « hygiène des mains » :

- se nettoyer les mains avec un gel désinfectant à base d'alcool (des distributeurs de gel sont disponibles partout dans les établissements de soins de santé) ;
- se laver les mains avec de l'eau et du savon.

Il est important d'avoir les mains propres.

- **Nettoyez-vous souvent les mains quand vous êtes hospitalisé**

En particulier :

- o après être allé à la toilette ;
- o avant de manger ;
- o après avoir toussé ou éternué ou vous être mouché ;
- o après avoir touché quelque chose que beaucoup d'autres personnes ont touché avant vous, comme une poignée de porte ;
- o avant de prendre une pilule, de mettre des gouttes, d'utiliser un inhalateur, de recevoir une injection, etc. ;
- o avant d'entrer dans votre chambre ou d'en sortir.

- **Les visiteurs doivent toujours se laver les mains**

- o quand ils arrivent pour une visite ;
- o avant de vous aider à manger ;
- o avant de vous aider avec vos soins et après les soins ;
- o quand ils quittent votre chambre.

ENSEMBLE, ÉVITONS LES INFECTIONS!

QUAND ? RÉALISER UNE HYGIÈNE DES MAINS



APRÈS ÊTRE ALLÉ AUX TOILETTES



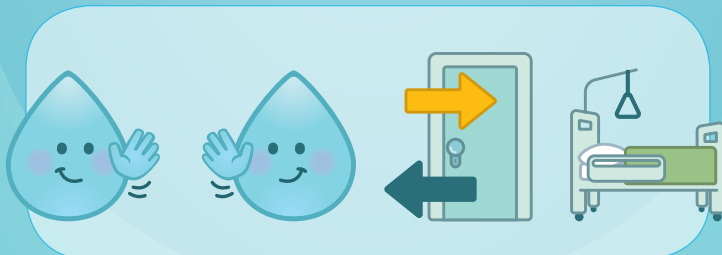
AVANT ET APRÈS AVOIR MANGÉ



SI LES MAINS SONT SALES



APRÈS VOUS ÊTRE MOUCHÉ,
OU APRÈS AVOIR ÉTERNUÉ OU TOUSSÉ



EN RENTRANT ET EN SORTANT DE LA CHAMBRE DE L'HÔPITAL

POUR LES PATIENTS ET LES VISITEURS

Utilisation d'un gel désinfectant à base d'alcool

- **Ce type de produit est utilisé quand vous ne voyez rien sur vos mains. Les gels désinfectants sont sans danger; ils n'assèchent pas et n'endommagent pas la peau.**
- **Si vos mains ont l'air sales ou si vous venez d'aller à la toilette, lavez-vous les mains avec de l'eau et du savon.**
- **Le gel désinfectant à base d'alcool est la meilleure façon de se nettoyer les mains.**
 - o Utilisez un ou deux jets du distributeur et appliquez le gel sur toute la surface de vos mains.
 - o Frottez vos mains ensemble jusqu'à ce qu'elles soient sèches, ce qui prend de 20 à 30 secondes. Une fois qu'elles sont tout à fait sèches, vous pouvez toucher d'autres surfaces.

ENSEMBLE, ÉVITONS LES INFECTIONS!

COMMENT VOUS DÉSINFECTER EFFICACEMENT LES MAINS ?



1



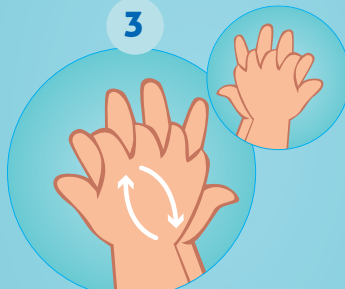
PRENDRE UNE QUANTITÉ
SUFFISANTE DE SOLUTION
HYDRO-ALCOOLIQUE

2



PAUME CONTRE PAUME

3



PAUME DE LA MAIN DROITE
SUR LE DOS DE LA MAIN GAUCHE
ET INVERSÉMENT

4



PAUME CONTRE PAUME
AVEC LES DOIGTS ENTRELAÇÉS

5



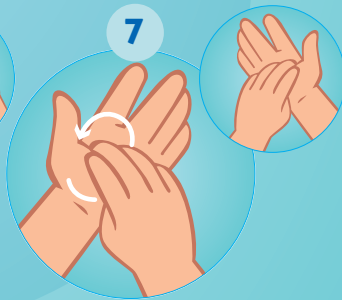
LE DOS DES DOIGTS EN LES TENANT
DANS LA PAUME DE LA MAIN OPPOSÉE
AVEC UN MOUVEMENT D'ALLER RETOUR
LATÉRAL

6



LE POUCE DE LA MAIN GAUCHE
PAR ROTATION DANS LA PAUME DROITE
FERMÉE ET INVERSÉMENT

7



LE BOUT DES DOIGTS DE LA MAIN
DROITE PAR ROTATION
CONTRE LA PAUME GAUCHE ET INVERSÉMENT

LES PARTENAIRES DE LA CAMPAGNE "VOUS ÊTES EN DE BONNES MAINS"



BAPCOC
Bureau d'Appui à la Prévention
et à l'Orientation de la Communauté



be

Se laver les mains avec de l'eau et du savon

- 1. Mouillez vos mains sous l'eau tiède. Laissez couler l'eau.**
- 2. Savonnez-vous les mains avec du savon liquide et frottez la paume et le dos de vos mains, vos poignets et l'espace entre vos doigts de 40 à 60 secondes.**
- 3. Rincez-vous bien les mains sous l'eau du robinet.**
- 4. Laissez couler l'eau et essuyez-vous les mains avec du papier.**
- 5. Avec ce papier ou votre coude, fermez le robinet. Ne le touchez plus avec vos mains propres.**

ENSEMBLE, ÉVITONS LES INFECTIONS!

COMMENT VOUS LAVER EFFICACEMENT LES MAINS ?



1
SE MOUILLER LES MAINS



2
PRENDRE DU SAVON



3
SE SAVONNER LES MAINS



4
SE FROTTER LE BOUT
DES DOIGTS, LES DEUX FACES
DES MAINS...



5
...ET FRICTIONNER LE POUCE DE
LA MAIN GAUCHE PAR ROTATION
DE LA MAIN DROITE ET INVERSÉMENT



6
SE RINCER LES MAINS



7
SE SÉCHER SOIGNEUSEMENT

LES PARTENAIRES DE LA CAMPAGNE "VOUS ÊTES EN DE BONNES MAINS"



N'hésitez pas à demander aux personnes qui vous soignent : « Vous êtes-vous désinfecté les mains? »

Vous êtes un intervenant dans la prestation des soins que vous recevez. Avant qu'un médecin, un infirmier ou un autre membre du personnel ait un contact direct avec vous, vous pouvez lui demander gentiment s'il s'est désinfecté les mains. Cela lui rappellera l'importance d'avoir les mains propres.

Les soignants doivent se désinfecter les mains :

- avant de toucher un patient ou l'environnement d'un patient (par exemple le lit) ;
- avant d'amorcer une procédure, par exemple, placer une voie intraveineuse, changer un pansement ou faire une prise de sang ;
- après un contact avec un liquide corporel. Le personnel doit se désinfecter les mains avant de mettre des gants et après les avoir enlevés ;
- après avoir touché un patient ou l'environnement d'un patient (quand ils ont fini d'administrer des soins et qu'ils quittent le patient).

Les soignants sont reconnaissants quand on leur rappelle de se désinfecter les mains parce qu'ils savent l'importance d'avoir les mains propres pour des soins sûrs.

**DE BONS SOINS DE SANTÉ COMMENCENT
PAR UNE COMMUNICATION CONVIVIALE**

SOURCE

- Guide à l'intention des patients et des familles "*L'hygiène des mains pour les patients, les résidents et les clients*" de la Régie de la santé de la Nouvelle-Écosse - Septembre 2017

AVANT DE VOUS SOIGNER,
JE ME DÉSINFECTE LES MAINS!

SI J'OUBLIE,
RAPPELLEZ-LE MOI !



POURQUOI TOUT CE BRUIT À PROPOS DE L'IMPORTANCE D'AVOIR LES MAINS PROPRES?



Cette brochure est également
disponible sur

www.saintluc.be

EN RÉSUMÉ

Les germes, aussi appelés microbes, sont partout. Chaque fois que nous touchons un objet, nous récoltons des germes sur nos mains. Les germes vivent autour de nous, en nous et sur nous. Beaucoup de germes sont sans danger et même bons pour notre santé.

Mais il y a des germes qui peuvent nuire à notre santé. Des mains qui ne sont pas propres peuvent transporter beaucoup de germes et propager des maladies d'une personne à l'autre. La bonne nouvelle est que ces germes peuvent facilement être éliminés par une bonne hygiène des mains, c'est-à-dire la bonne façon de procéder pour avoir les mains propres.

Les soignants, les patients, la famille, les visiteurs, les amis ont un rôle à jouer pour prévenir la propagation des infections. Cela commence avec des mains propres.



Cliniques universitaires

SAINT-LUC

UCL BRUXELLES

SUIVEZ-NOUS SUR



ONT PARTICIPÉ À LA RÉALISATION DE CETTE BROCHURE :

L'équipe de prévention et contrôle des infections

Le Service communication et Centre audiovisuel

(Caroline Bleus, Rudy Lechantre)

Editeur responsable : Thomas De Nayer / Service de communication

Cliniques universitaires Saint-Luc

Avenue Hippocrate, 10 – 1200 Bruxelles

www.saintluc.be

© Cliniques universitaires Saint-Luc

Vous souhaitez vous inspirer de cette brochure? Merci de nous contacter préalablement.