

MERCI DE VOTRE COLLABORATION !

Vous avez des questions ?

Le personnel soignant est à votre disposition pour y répondre.

Cette brochure a été élaborée par le service d'hygiène hospitalière du Groupe santé CHC.



**Le Groupe santé CHC participe
à la campagne nationale
d'hygiène des mains !**

Les informations contenues dans ce document sont mentionnées à titre strictement indicatif et sont toujours susceptibles de modifications.

L'HYGIÈNE DES MAINS DES PATIENTS/RÉSIDENTS ET VISITEURS

SE LAVER LES MAINS, UN GESTE SIMPLE ET EFFICACE



Même si vos mains semblent propres,
des germes peuvent s'y cacher.
Luttons ensemble pour ne pas les propager.



Les germes sont des micro-organismes, parfois très résistants, qui se transmettent de multiples façons :

- lors de contacts avec les autres patients/résidents, votre famille, les visiteurs, les soignants, les médecins...
- via les objets de tous les jours : téléphones, poignées de portes, tables de chevet, barres de lits...
- lorsque l'on est malade.
Par exemple, si l'on tousse ou éternue, les germes sont expulsés dans l'air sous forme de minuscules gouttelettes qui se retrouvent notamment sur les mains.

Une bonne hygiène des mains est donc essentielle pour préserver votre santé et celle de votre entourage.

QUI EST CONCERNÉ ?

Tout le monde : patients/résidents, visiteurs, soignants et médecins.

Si besoin, n'hésitez pas à rappeler les bonnes pratiques et encouragez à les respecter.

COMMENT PROCÉDER ?

L'hygiène des mains peut être réalisée avec une solution hydroalcoolique (plus facile, plus efficace et moins agressive) ou du savon neutre et de l'eau courante. Si vos mains sont souillées, procédez au lavage au savon (voir ci-contre).

À QUEL MOMENT ?

Pour les patients/résidents

- ~ dès que les mains sont souillées
- ~ avant et après chaque repas
- ~ après le passage aux toilettes
- ~ après vous être mouché(e), avoir éternué ou toussé
- ~ avant et après un soin ou examen à l'extérieur de la chambre
- ~ avant et après chaque visite

Pour les familles et visiteurs

- ~ avant et après chaque visite

Si vous présentez des symptômes de maladie (toux, éternuement, mal de gorge, fièvre, nausée...), reportez la visite.

LES CAS PARTICULIERS

Dans certains cas, un renforcement des mesures d'hygiène peut être nécessaire pour prévenir le risque de transmission des germes.

Il se peut que l'on demande au patient/résident de ne pas sortir temporairement de sa chambre, de limiter le nombre de visites et d'accepter les précautions additionnelles mises en place par le personnel.

DÉSINFECTION AVEC UNE SOLUTION HYDROALCOOLIQUE



1 déposez 2 doses de solution hydroalcoolique au creux de votre main et **frottez** jusqu'à ce que vos **mains soient sèches** en respectant les étapes suivantes

2 **paume contre paume**

3 la **paume sur le dos** de la main opposée

4 **paume contre paume** avec les **doigts croisés**

5 le **dos des doigts** en les tenant **dans la paume** de l'autre main avec un mouvement d'aller-retour

6 le **pouce par rotation** dans la **paume** de l'autre main fermée

7 le **bout des doigts par rotation** contre la **paume** de l'autre main, en terminant par le **poignet**



LAVAGE AU SAVON

1 **frottez** vos mains **sous l'eau**

2 déposez-y du **savon**, faites **mousser** et **frottez** en respectant les étapes suivantes

3 **paume contre paume**

4 la **paume sur le dos** de la main opposée

5 **paume contre paume** avec les **doigts croisés**

6 le **dos des doigts** en les tenant **dans la paume** de l'autre main avec un mouvement d'aller-retour

7 le **pouce par rotation** dans la **paume** de l'autre main fermée

8 le **bout des doigts par rotation** contre la **paume** de l'autre main, en terminant par le **poignet**

9 **rincez** pendant **10 secondes**

10 **séchez**-vous les mains et **fermez** le robinet

