

Hygiène des mains : pourquoi, comment et quand

POURQUOI ?

- Des milliers de personnes meurent chaque jour des suites d'infections acquises au cours des procédures de soins.
- Les germes sont principalement transmis par les mains au cours des soins.
- L'hygiène des mains est la mesure essentielle à appliquer pour prévenir la transmission des germes et le développement des infections associées aux soins.
- Cette brochure explique quand et comment pratiquer l'hygiène des mains.

QUI ?

- Tout professionnel et toute autre personne impliqués dans les soins dispensés aux patients sont concernés par l'hygiène des mains. Ils doivent être capables de pratiquer l'hygiène de manière appropriée, au moment opportun.

COMMENT ?

- **La friction des mains avec un produit hydro-alcoolique** est la méthode de choix pour pratiquer l'antiseptie des mains de routine, pour autant que les mains ne soient pas visiblement souillées. Elle est plus rapide, plus efficace et mieux tolérée que le lavage des mains au savon et à l'eau.
- **Le lavage des mains au savon et à l'eau** est recommandé lorsque les mains sont visiblement sales ou souillées par du sang ou d'autres liquides biologiques, ou après être allé aux toilettes.
- En cas d'exposition suspectée ou effective à des agents pathogènes sporulés, notamment dans le cas de foyers épidémiques à *Clostridium difficile*, le lavage des mains au savon et à l'eau reste la méthode à privilégier.

LA FRICTION HYDRO-ALCOOLIQUE – COMMENT ?

**UTILISER LA FRICTION HYDRO-ALCOOLIQUE POUR L'HYGIÈNE DES MAINS !
LAVÉ VOS MAINS AU SAVON ET À L'EAU LORSQU'ELLES SONT VISIBLEMENT SOUILLÉES.**

 **Durée de la procédure : 20-30 secondes**



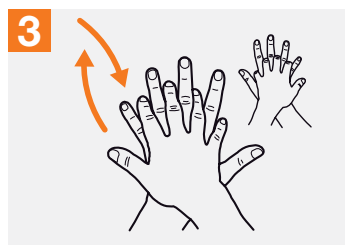
1a Remplir la paume d'une main avec le produit hydro-alcoolique, recouvrir toute les surfaces des mains et frictionner :



1b



2 Paume contre paume par mouvement de rotation ;



3 Le dos de la main gauche avec un mouvement d'avant en arrière exercé par la paume de la main droite, et vice versa ;



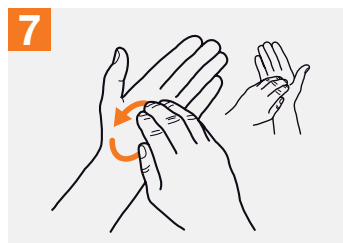
4 Les espaces interdigitaux, paume contre paume et doigts entrelacés, en exerçant un mouvement d'avant en arrière ;



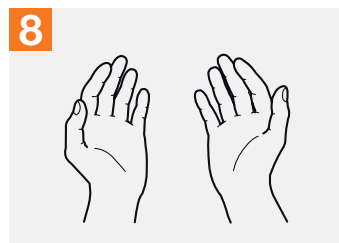
5 Le dos des doigts dans la paume de la main opposée, avec un mouvement d'aller-retour latéral ;



6 Le pouce de la main gauche par rotation dans la main droite, et vice versa ;



7 La pulpe des doigts de la main droite dans la paume de la main gauche, et vice et versa ;

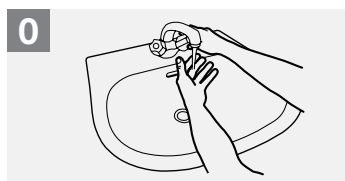


8 Une fois sèches, vos mains sont prêtes pour le soin.

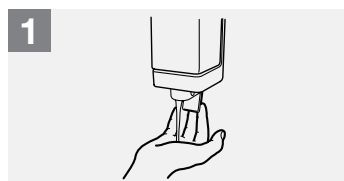
LE LAVAGE DES MAINS – COMMENT ?

LAVER VOS MAINS AU SAVON ET À L'EAU LORSQU'ELLES SONT VISIBLEMENT SOUILLÉES. SINON, UTILISER LA FRICTION HYDRO-ALCOOLIQUE POUR L'HYGIÈNE DES MAINS.

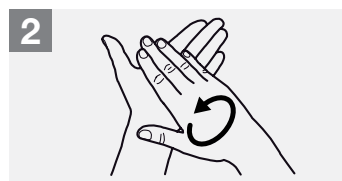
 **Durée de la procédure : 40-60 secondes**



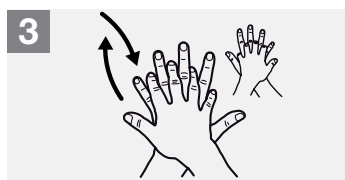
0 Mouiller les mains abondamment ;



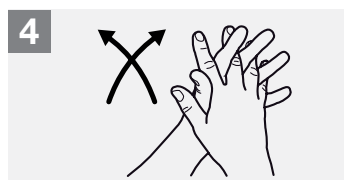
1 Appliquer suffisamment de savon pour recouvrir toute les surfaces des mains et frictionner :



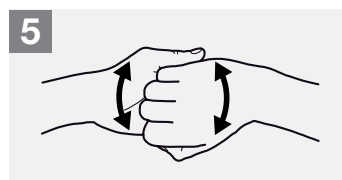
2 Paume contre paume par mouvement de rotation ;



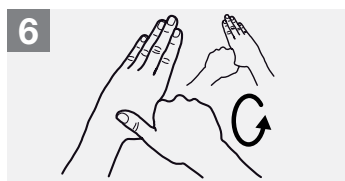
3 Le dos de la main gauche avec un mouvement d'avant en arrière exercé par la paume de la main droite, et vice versa ;



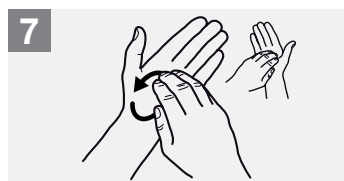
4 Les espaces interdigitaux, paume contre paume et doigts entrelacés, en exerçant un mouvement d'avant en arrière ;



5 Le dos des doigts dans la paume de la main opposée, avec un mouvement d'aller-retour latéral ;



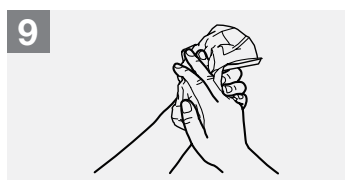
6 Le pouce de la main gauche par rotation dans la main droite, et vice versa ;



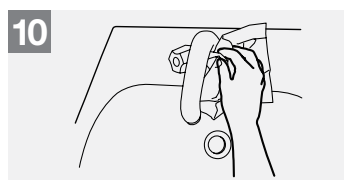
7 La pulpe des doigts de la main droite dans la paume de la main gauche, et vice versa ;



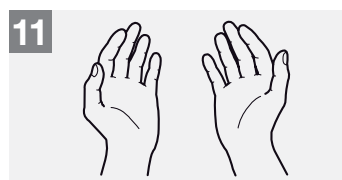
8 Rincer les mains à l'eau ;



9 Sécher soigneusement les mains à l'aide d'un essuie-mains à usage unique ;



10 Fermer le robinet à l'aide du même essuie-mains ;



11 Vos mains sont propres et prêtes pour le soin.

Soins des mains

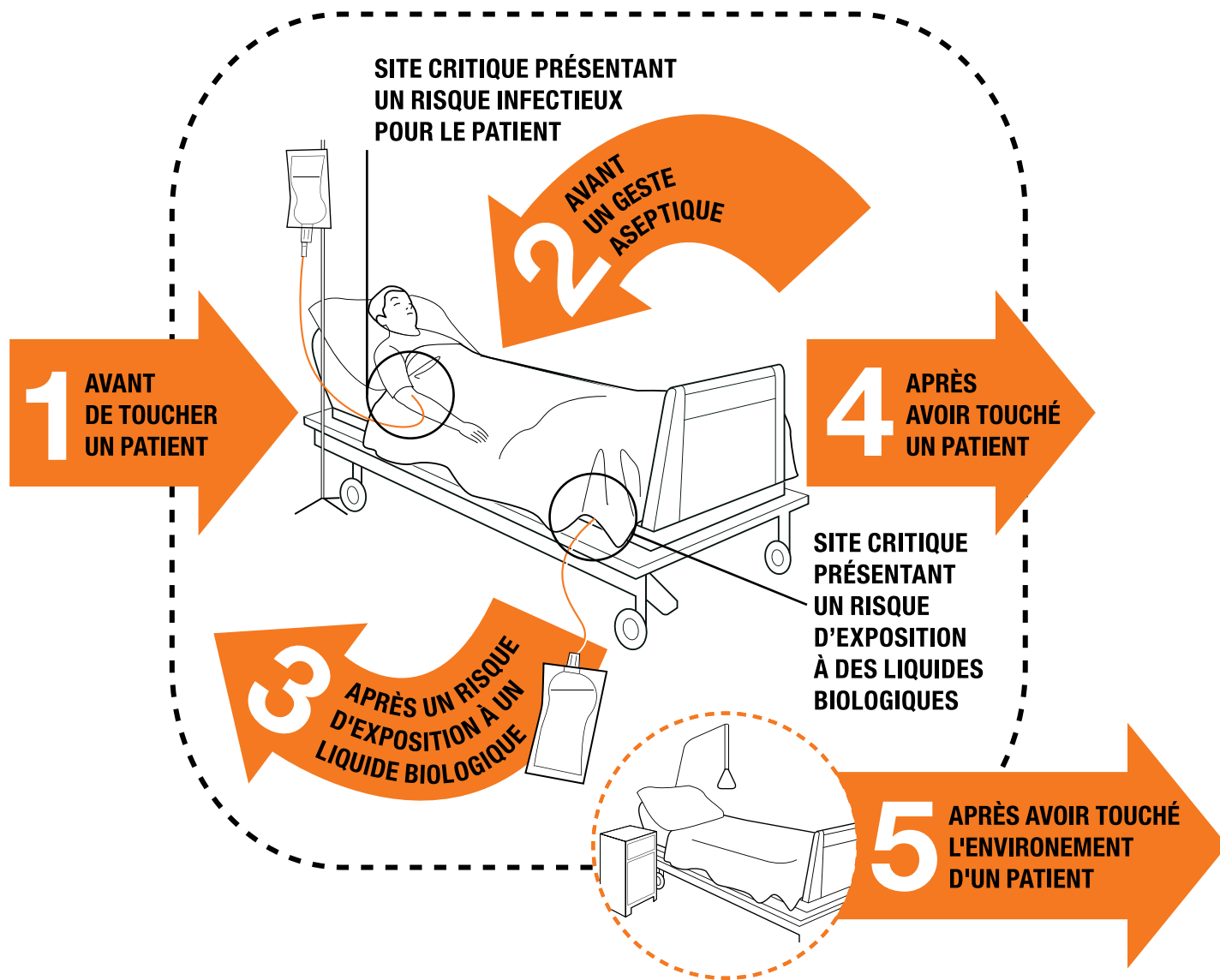
- Appliquer régulièrement, au moins une fois par jour, une crème ou une lotion protectrice pour les mains.
- Ne pas laver les mains au savon et à l'eau immédiatement avant ou après l'utilisation d'un produit hydro-alcoolique.
- Ne pas rincer les mains à l'eau chaude.
- Après le lavage ou la friction hydro-alcoolique, les mains doivent être complètement sèches avant d'enfiler des gants.

N'oubliez pas !

- Ne pas porter d'ongles artificiels et de vernis lors des soins aux patients.
- Garder les ongles naturels courts.

QUAND ?

LES 5 INDICATIONS DE L'HYGIÈNE DES MAINS*



*NOTE: L'hygiène des mains doit être pratiquée lors des indications décrites ci-dessus, indépendamment de l'usage des gants.

1 Avant de toucher un patient

POURQUOI ? Pour protéger le patient d'une colonisation par des germes présents sur les mains et, dans certains cas, d'une infection exogène.

QUAND ? Pratiquer l'hygiène des mains en approchant le patient, avant de le toucher.*

Situations illustrant l'indication 1 :

- Avant de serrer la main d'un patient ou de caresser/toucher le front d'un enfant ;
- Avant d'assister un patient dans ses activités quotidiennes : aide à la mobilisation, aide à la toilette, à l'habillage, etc. ;
- Avant de dispenser des soins et tout autre traitement non invasif : application d'un masque à oxygène, pratique d'un massage ;
- Avant de réaliser un examen physique non invasif : mesure des pulsations et de la tension artérielle, auscultation des poumons, enregistrement d'ECG.

2 Avant un geste aseptique

POURQUOI ? Pour protéger le patient d'une infection par inoculation de germes, y compris ceux dont il est lui-même porteur.

QUAND ? Pratiquer l'hygiène des mains immédiatement avant de toucher un site critique présentant un risque infectieux pour le patient (muqueuse, peau lésée, dispositif médical invasif).*

Situations illustrant l'indication 2 :

- Avant d'exécuter des soins bucco-dentaires, d'instiller des gouttes oculaires, de réaliser un toucher rectal ou un examen vaginal, un examen ORL (bouche, nez, oreille) avec ou sans instrument, d'introduire un suppositoire, un pessaire ou un stérilet, d'aspirer des mucosités ;
- Avant de faire un pansement de plaie, avec ou sans instrument, d'appliquer une pommade, de réaliser une injection ou une ponction percutanée ;
- Avant d'insérer un dispositif médical invasif (canule nasale, sonde naso-gastrique, sonde endotrachéale, sonde urinaire, cathéter percutané, drains), avant d'ouvrir le circuit d'un dispositif médical invasif (alimentation, administration de médicaments, drainage, aspiration, mesure de pression) ;
- Avant de toucher des aliments, des médicaments, des produits pharmaceutiques, du matériel stérile.

3 Après un risque d'exposition à un liquide biologique

POURQUOI ? Pour protéger le professionnel d'une infection par les germes dont le patient est porteur et pour protéger l'environnement des soins d'une dissémination de ces germes.

QUAND ? Pratiquer l'hygiène des mains dès que le geste exposant effectivement ou potentiellement aux liquides biologiques est terminé (et après retrait de gants).*

Situations illustrant l'indication 3 :

- Après un contact avec une muqueuse ou une peau lésée ;
- Après avoir pratiqué une injection ou une ponction percutanée ; après l'insertion d'un dispositif médical invasif (accès vasculaire, cathéter, sonde, tube, drain, etc.) ; après l'ouverture d'un circuit connecté à un dispositif médical invasif ;
- Après le retrait d'un dispositif médical invasif ;
- Après le retrait de protection absorbante (couche, pansement, gaze, serviette hygiénique, etc.) ;
- Après la manipulation d'un échantillon de matière organique ; après le nettoyage d'excréments et d'autres liquides biologiques ; après le nettoyage de toute surface contaminée et d'équipement souillé (litière souillée, dentier, instrument médical, urinal, bassin, toilettes, etc.).

4 Après avoir touché un patient

POURQUOI ? Pour protéger le professionnel d'une colonisation avec les germes dont le patient est porteur et pour protéger l'environnement des soins d'une dissémination de ces germes.

QUAND ? Pratiquer l'hygiène des mains en quittant le patient et son environnement, après avoir touché le patient.*

Situations illustrant l'indication 4 :

- Après avoir serré la main d'un patient ou caressé le front d'un enfant ;
- Après avoir assisté un patient dans ses activités quotidiennes (aide à la mobilisation, aide à la toilette, à l'habillage, etc.) ;
- Après avoir dispensé des soins et tout autre traitement non invasif : changement de la literie avec patient alité, application d'un masque à oxygène, pratique d'un massage ;
- Après avoir réalisé un examen clinique non invasif : prise des pulsations et de la tension artérielle, auscultation des poumons, enregistrement d'ECG.

5 Après contact avec l'environnement du patient

POURQUOI ? Pour protéger le professionnel d'une colonisation avec les germes dont le patient est porteur, susceptibles d'être présents sur les surfaces inertes et objets de l'environnement du patient, et pour protéger l'environnement des soins d'une dissémination de ces germes.

QUAND ? Pratiquer l'hygiène des mains en quittant l'environnement du patient, après en avoir touché un objet ou du mobilier, à l'exclusion de tout contact avec le patient.

Situations illustrant l'indication 5, pour autant qu'elles correspondent au dernier contact avec l'environnement du patient, sans que le patient ait été touché :

- Après les tâches d'entretien courant : changement de la literie, avec un patient non alité, relèvement des barrières de lit, nettoyage de la table de nuit ;
- Après les activités relatives aux soins : réglage d'un débit de perfusion, annulation d'alarmes de monitoring, etc. ;
- Après tout autre contact non justifié avec les surfaces inertes et objets : s'appuyer contre un lit ou une table de nuit (NB : à éviter, si possible).

***NOTE:** L'hygiène des mains doit être pratiquée lors des indications décrites ci-dessus, indépendamment de l'usage des gants.

L'HYGIÈNE DES MAINS ET L'USAGE DES GANTS MÉDICAUX

- Le port de gants ne dispense pas du lavage ou de la friction hydro-alcoolique des mains.
- L'hygiène des mains doit être pratiquée lorsqu'elle est indiquée, indépendamment des indications relatives à l'usage des gants.
- Les gants doivent être retirés pour pratiquer l'hygiène lorsqu'elle est indiquée.
- Les gants doivent être jetés après usage et l'hygiène des mains pratiquée après le retrait des gants, car les gants peuvent être contaminés.
- Les gants doivent être employés strictement et uniquement lorsqu'ils sont indiqués dans le cadre des Précautions « Standard » et de « Contact » (cf. pyramide ci-dessous). L'usage inapproprié des gants constitue un risque majeur de transmission de germes.

LA PYRAMIDE DE L'USAGE DES GANTS : AIDE À LA DÉCISION

L'usage des gants doit être conforme aux indications des Précautions « **STANDARD** » et de « **CONTACT** ». La pyramide ci-dessous illustre à l'aide d'exemples les situations dans lesquelles l'usage des gants est inopportun ou dans lesquelles l'usage de gants de soins et de gants stériles est indiqué.



Glossaire

Dispositif médical invasif	Tout dispositif médical pénétrant dans l'organisme, soit par un orifice naturel, soit par effraction de la peau ou d'une muqueuse.
Geste aseptique	Activité de soins impliquant un contact direct ou indirect avec une muqueuse, une peau lésée ou un dispositif médical invasif. Pendant l'exécution de ce geste, aucun germe ne doit être transmis au patient.
Hygiène des mains	Tout geste d'antisepsie des mains visant à réduire la présence de flore microbienne transitoire sur les mains (généralement par friction des mains avec un produit hydro-alcoolique, ou par lavage des mains au savon ordinaire ou antimicrobien et à l'eau).
Liquides biologiques	Sang ; excréments telles que l'urine, les selles et les vomissements ; méconium ; lochies ; sécrétions telles que la salive, les larmes, le sperme, le colostrum, le lait maternel, les sécrétions muqueuses, le cérumen, le vernix caseosa ; exsudats et transsudats (à l'exception de la sueur) tels que le liquide lymphatique, pleural, céphalo-rachidien, d'ascite, articulaire, le pus; échantillons organiques (tissus, cellules, organes, moelle osseuse, placenta).
Produit hydro-alcoolique	Préparation (liquide, gel ou mousse) contenant de l'alcool à appliquer sur les mains pour éliminer les germes.
Site critique	Le site critique est associé à un risque infectieux. Il correspond soit à un site corporel ou à un dispositif médical qui doit être protégé de tout germe (site critique présentant un risque infectieux pour le patient), soit à un site corporel ou un dispositif médical soumettant les mains à un risque d'exposition à des liquides biologiques et aux micro-organismes présents dans le sang (site critique présentant un risque d'exposition à des liquides biologiques).
Soins des mains	Actions prévenant l'irritation de la peau.