

Hygiène des mains : elle constitue le socle des pratiques de base, permet la prévention des infections associées aux soins et de l'antibiorésistance et réduit la transmission manuportée de virus et de bactéries.

L'hygiène des mains est indispensable pour tous.

- Avant et après avoir touché un patient
- Avant de manipuler un dispositif médical invasif pour les soins au patient, indépendamment de l'usage des gants
- Après avoir touché des liquides biologiques, des excréments, des muqueuses, une peau lésée ou un pansement
- Après avoir retiré des gants stériles ou non stériles

HYGIÈNE DES MAINS SIMPLE ET EFFICACE



Mouillez-vous les mains avec de l'**eau**



Versez du **savon** dans le creux de votre main



Frottez-vous les mains de 15 à 20 secondes : **les doigts, les paumes, le dessus des mains et les poignets**



Entrelacez vos mains pour nettoyer la zone **entre les doigts**



Nettoyez également **les ongles**



Rincez-vous les mains **sous l'eau**



Séchez-vous les mains si possible avec un **essuie-main** à usage unique



Fermez le robinet avec **l'essuie-main** puis jetez-le dans une poubelle

Technique pour la friction hydro-alcoolique

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

1a



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

1b

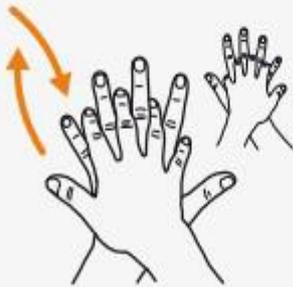


2



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



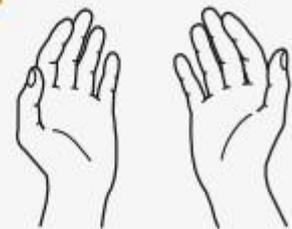
Le pouce de la main gauche par rotation dans la main droite, et vice versa ;

7



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

8



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