

Par ailleurs, le personnel soignant ne doit pas porter de bijoux au travail. Ceux-ci empêchent une hygiène des mains adéquate puisque des organismes, comme les bactéries, peuvent rester coincés sous les bijoux et provoquer la dermatite.

Une exposition au froid d'une minute seulement peut assécher la peau de vos mains. Protégez les en portant des mitaines ou des gants chauds.

Les mains devraient être protégées en tout temps, notamment lors des travaux ménagers. Tout contact cutané direct avec des détergents et des produits de nettoyage forts devrait être évité, tout comme le contact à mains nues avec des colorants ou des

produits capillaires. À la maison, l'utilisation d'une crème barrière peut être utile, mais celle-ci doit être appliquée sur une peau sèche, fraîchement lavée.

Quelques suggestions de crème pour la maison : Wellskin, Glaxal base, Cutibase Ceramyd, Neutrogena formule norvégienne pour les mains.

Dans l'éventualité où toutes ces mesures s'avèreraient inefficaces et que vous constateriez une détérioration de l'état de votre peau, il est recommandé de le signaler au Service de Santé (local B914, poste 4704) qui pourra en faire l'évaluation et, au besoin, vous référer à un médecin pour un traitement adapté.

Source :
Lavez-vous les mains, programme de soins et protection des mains, Ontario, www.justcleanyourhands.ca

Créé par
Anne-Marie Charron et Annie St-Pierre, infirmières en Santé, sécurité au travail, avec la collaboration de Nadia Desmarais, chef du Service de la prévention des infections et Nathalie Audy, conseillère en prévention des infections.

Approuvé par le Service de la prévention des infections et le Service de Santé et de sécurité au travail.

Révision
Mauricette Guilhermond

Graphisme
Norman Hogue



Hygiène et soins des mains

*Prendre soin de soi
pour prendre soin des autres*

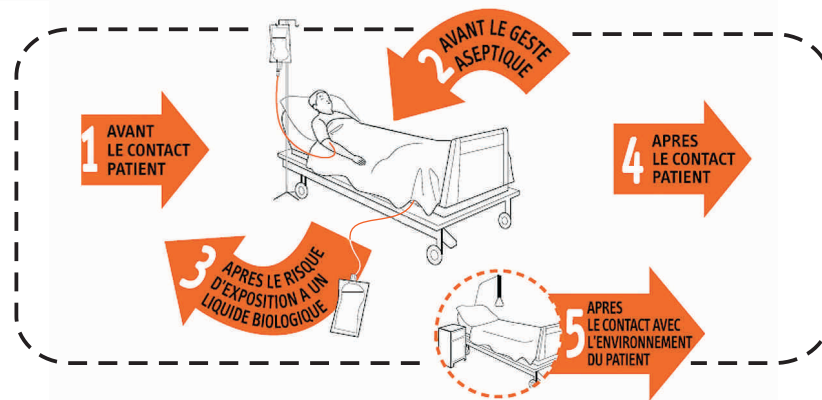
L'intégrité de la peau est essentielle à la protection tant de vos patients que de la vôtre. Une peau saine est donc le premier moyen de défense de l'organisme contre les infections et le lavage des mains demeure la manière la plus efficace de prévenir la majorité des infections nosocomiales.

Les bactéries peuvent être retenues, voire même proliférer sur des mains présentant de l'irritation, des coupures ou des fissures. Une desquamation excessive peut également augmenter la libération de bactéries au niveau de la peau.

Environ 30 % des travailleurs de la santé présentent des signes d'irritation ou de dermatite. Dans le cas de dermatite professionnelle des mains, celle-ci est principalement causée par le lavage des mains, ainsi que par le port de gants qui entraînent une occlusion des pores de la peau. Il n'est donc pas évident d'appliquer des mesures d'hygiène rigoureuses sur des mains déjà douloureuses.

L'utilisation de bons produits d'hygiène avec une technique appropriée permettra de prévenir, dans plusieurs cas, la dermatite. Ainsi, au travail, utilisez une solution hydroalcoolique, lorsque vos mains ne sont pas visiblement sales, moins irritante pour la peau que l'eau savonneuse. Au besoin, lavez vos mains à l'eau tiède, d'abord en les mouillant, ensuite en appliquant un savon.

Les 5 indications à L'HYGIENE DES MAINS



Un lavage des mains se doit également :

- Avant et après être allé à la salle de bain;
- Avant et après avoir mangé;
- Après avoir éternué ou s'être mouché ou avoir touché à des liquides biologiques.

Les mains doivent être rincées soigneusement et séchées en les tapotant. Elles doivent être parfaitement sèches avant de porter des gants.

En milieu de travail, une crème hydratante inodore et non irritante devrait être appliquée fréquemment à l'aide d'une bouteille fournie par l'hôpital. Aucun produit de l'extérieur n'est toléré afin d'éviter des interactions avec les produits antiseptiques sur place.