

L'HYGIENE DES MAINS

L'hygiène des mains est le geste le plus important pour **limiter la transmission** des micro-organismes et prévenir les infections associées aux soins.

L'hygiène des mains fait partie des **précautions standard**, mesures à appliquer pour tout soin, tout lieu, tout patient, tout professionnel.

60 à 80 % des infections nosocomiales sont d'origine manu portée.

Le geste le plus important pour lutter contre les infections nosocomiales, c'est l'hygiène des mains.

Rappels :

Infection Nosocomiale (IN) 1999

« Toute infection qui survient au cours ou à la suite d'une hospitalisation, qui n'était ni présente, ni en incubation à l'admission du patient.

Infection Associée aux Soins (IAS) 2007

Une infection est dite associée aux soins si elle survient au cours ou au décours d'une prise en charge (diagnostique, thérapeutique, palliative, préventive ou éducative) et si elle n'était ni présente, ni en incubation au début de la prise en charge.

Une IN est une IAS contractée en établissement de santé.

Qu'est-ce que l'hygiène des mains ?

Sur la peau des mains, des milliers de micro-organismes sont présents.

Certains sont naturels (endogènes), il s'agit de la flore cutanée résidente.

D'autres, sont acquis au cours des contacts avec l'environnement (exogènes) comme les êtres humains, objets, etc. Il s'agit alors de la flore cutanée transitoire.

L'hygiène des mains permet de diminuer voire d'éliminer les micro-organismes présents sur la surface des mains

L'hygiène des mains,

« C'est un devoir professionnel
Et un droit pour le patient »



Pourquoi réaliser une hygiène des mains ?

En milieu de soins, la transmission de micro-organismes via les mains est responsable de nombreuses infections associées aux soins.

L'hygiène des mains, en permettant de diminuer le nombre de micro-organismes à la surface des mains, voire de les éliminer selon la technique choisie, limite leur transmission et donc les infections.

L'hygiène des mains protège des infections les patients mais aussi les soignants.

Par ailleurs en limitant le nombre d'infection, l'hygiène des mains permet aussi de diminuer l'utilisation d'antibiotiques et contribue ainsi à la lutte contre l'antibio résistance.

Qui est concerné par l'hygiène des mains ?

Au quotidien tout le monde est concerné par l'hygiène des mains.

Lors des soins, l'ensemble des acteurs doit s'impliquer : professionnels de santé, patients, visiteurs...

L'hygiène des mains est l'affaire de tous pour limiter la transmission d'infections.



Préalable à l'hygiène des mains :

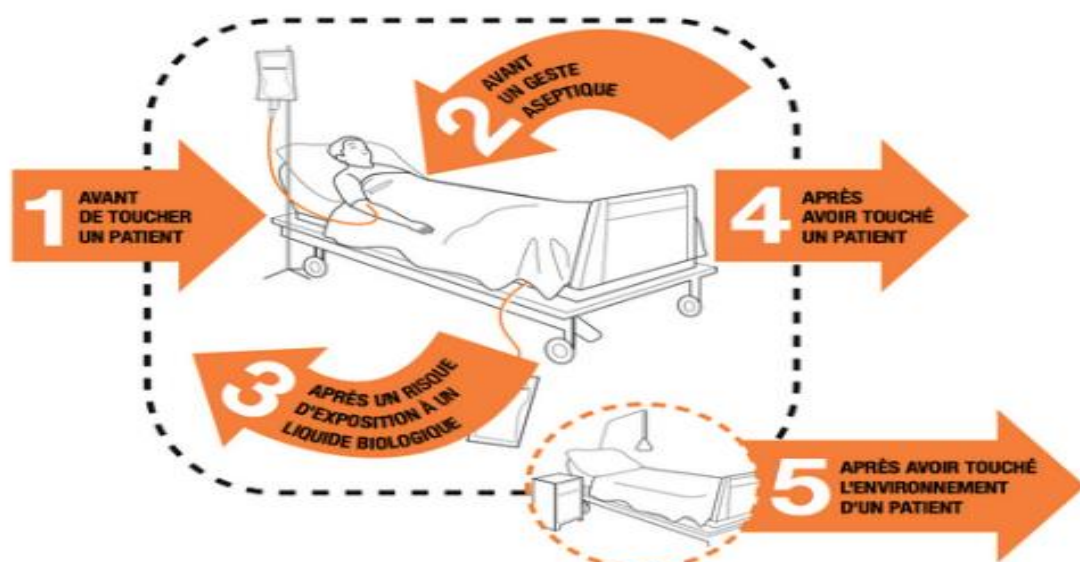
Bras dégagés, ongles courts, sans vernis, sans bijou.

Les 5 indications de l'hygiène des mains :

- Avant tout contact avec le patient
- Après tout contact avec le patient
- Avant tout geste aseptique
- Après un risque d'exposition à un liquide biologique
- Après un contact avec l'environnement du patient

La friction hydro alcoolique est à privilégier en l'absence de souillure visible.

Si les **mains sont souillées**, procéder à un lavage simple des mains avec un **savon** doux, suivi d'une friction avec une solution hydro alcoolique.



Quelles sont les techniques d'hygiène des mains ?

1. LAVAGE DES MAINS A L'EAU ET AU SAVON

La technique du lavage simple des mains, nécessite de l'eau et du savon.

Cette technique va permettre de nettoyer la peau en diminuant le nombre de micro-organismes présents sur la surface de la peau.

On dit alors que les mains sont propres.



Mouillez-vous les mains avec de l'eau.



Nettoyer également vos ongles.



Versez du savon dans le creux de votre main.



Rincez-vous les mains sous l'eau.



Frottez-vous les mains pendant 15 à 20 secondes : les doigts, les paumes, le dessus des mains, les poignets.



Essuyez-vous les mains si possible avec un essuie-mains à usage unique.



Entrelacer vos mains pour nettoyer la zone entre vos doigts.



Fermez le robinet avec l'essuie-main, puis jeter le dans une poubelle.

2. FRICTION HYDRO ALCOOLIQUE

La technique de friction hydro-alcoolique, nécessite l'utilisation d'un produit hydro-alcoolique.

Cette technique va permettre de désinfecter la peau en éliminant complètement les micro-organismes à risque de transmission c'est-à-dire ceux présents sur la surface de la peau.

On dit alors que les mains sont désinfectées.

La friction hydro alcoolique ne décape pas la peau ! Elle détruit les micro-organismes à la surface de la peau à risque de transmission croisée, c'est à dire toute la flore cutanée transitoire et une petite partie de la flore cutanée résidente.

Ainsi, une grande partie de la flore cutanée résidente est préservée et après le geste, elle va progressivement se reconstituer entièrement.

LES 7 FRICTIONS :



1
Paume sur paume
Désinfection des paumes



2
Paume sur dos
Désinfection des doigts et
des espaces interdigitaux



3
Doigts entrelacés
Désinfection des espaces
interdigitaux et des doigts



4
Paume/doigts
Désinfection des doigts



5
Pouces
Désinfection des pouces



6
Ongles
Désinfection des ongles



7
Poignets

DEMONSTRATION DE L'EFFICACITE DE LA SOLUTION HYDRO ALCOOLIQUE



Avant traitement des Mains



Lavage Simple



S.H.A

**Privilégier la technique d'hygiène des mains
par la friction hydro-alcoolique**



**Le lavage reste indiqué quand les mains sont :
souillées, mouillées ou poudrées**

Gants et hygiène des mains ?

Lors d'actes nécessitant le port de gants (actes exposant à des liquides biologiques), il est nécessaire de réaliser une hygiène des mains par friction hydro alcoolique avant de les insérer afin de ne pas les contaminer au moment de les prendre.

Cette désinfection permet aussi d'abaisser le niveau initial de contamination des mains (majorée sous les gants par la chaleur et l'humidité).

Au retrait des gants, les mains peuvent se contaminer avec ceux-ci. Ainsi il est indispensable après leur retrait de réaliser une friction hydro alcoolique.



Dans le domaine de la santé, certaines précautions sont **universelles**, ce sont les « précautions standard » qui évitent la transmission des agents infectieux lors de soins.

L'hygiène des mains en fait partie.

Saurez-vous parfaitement contrôler cette pratique pour devenir maître dans la prévention des infections associées aux soins ?

A vous de jouer !!!

Sont joints à ce mail des **QUIZZ HYGIENE DES MAINS** (avec les réponses) pour les **soignants** et les **patients**.

Une opportunité ludique de sensibilisation et d'évaluation de nos connaissances à l'hygiène des mains.



Protégeons nous,
protégeons les autres.

La SHA*, pourquoi ?

Lors de soins, l'utilisation de la SHA protège aussi bien les patients que les soignants des infections.

Ensemble, adoptons la friction hydroalcoolique.



*solution hydroalcoolique

Retrouvez le RéPias sur   

Informez vous sur le site preventioninfection.fr

#adoptonslafriction
#hygienedesmains

RéPias



QUIZZ PATIENTS



Testez vos connaissances sur l'hygiène des mains en cochant pour chacune de ces affirmations vrai ou faux !

Un point par bonne réponse vous permettra d'obtenir votre score et savoir si vous maîtrisez l'hygiène des mains ou si de petites révisions s'imposent ...

AFFIRMATIONS	VRAI	FAUX	Score
1) L'hygiène des mains permet de me protéger et de protéger les autres des risques d'infections.			
2) En visite dans une structure de soins, je n'ai pas besoin de faire une hygiène des mains.			
3) Les solutions hydro-alcooliques sont réservées aux professionnels de santé.			
4) Lors des soins, la technique d'hygiène des mains par friction hydro-alcoolique est à privilégier.			
5) La friction hydro-alcoolique est plus efficace sur les germes que le lavage simple des mains.			
6) L'hygiène des mains par friction hydro-alcoolique permet de diminuer le nombre d'infections associées aux soins.			
7) Les solutions hydro-alcooliques dessèchent moins la peau que les savons.			
8) Les solutions hydro-alcooliques favorisent la survenue de cancer.			
9) Dans la vie quotidienne au domicile, le lavage des mains avec de l'eau et du savon suffit.			
SCORE TOTAL			/9

Réponses QUIZZ PATIENTS



Voici les réponses aux questions précédentes !

1) L'hygiène des mains permet de me protéger et de protéger les autres des risques d'infections.

VRAI. L'hygiène des mains par lavage simple permet de nettoyer les mains et réduire le nombre de germes présents sur la surface des mains. L'hygiène des mains par friction hydro-alcoolique (FHA) permet de désinfecter les mains et de détruire tous les germes présents sur la surface des mains.

Cette réduction ou élimination de germes permet de limiter leur transmission via les mains sur une autre partie de mon corps et aux autres. Cela permet ainsi de diminuer le risque d'infection pour moi-même et pour les autres.

2) En visite dans une structure de soins, je n'ai pas besoin de faire une hygiène des mains.

FAUX. L'hygiène des mains en structure de soins concerne tout le monde : professionnels de santé, patients/résidents, visiteurs, intervenants extérieurs. Une hygiène des mains optimale par l'ensemble de ces personnes permettra de diminuer les infections associées aux soins de la structure et le risque d'épidémie.

3) Les solutions hydro-alcooliques sont réservées aux professionnels de santé.

FAUX. En milieu de soins, les SHA peuvent être utilisées par tout le monde et leur utilisation dans un lieu de soins doit être privilégiée car ils sont plus efficaces et simples d'utilisation que le lavage simple des mains (savon + eau).

4) Lors des soins, la technique d'hygiène des mains par friction hydro-alcoolique est à privilégier.

VRAI. La technique par FHA est à privilégier car elle est plus simple, plus efficace, plus rapide et offre une meilleure tolérance que la technique du lavage simple des mains (savon doux + eau). L'hygiène des mains est alors mieux réalisée.

5) La friction hydro-alcoolique est plus efficace sur les germes que le lavage simple des mains.

VRAI. La FHA permet de désinfecter les mains grâce au désinfectant contenu dans les SHA. Elle détruit tous les germes présents sur la surface des mains. A la différence du lavage simple des mains qui permet de nettoyer les mains et de diminuer le nombre de germes sur la surface des mains mais pas de les éliminer complètement.

6) L'hygiène des mains par friction hydro-alcoolique permet de diminuer le nombre d'infections associées aux soins.

VRAI. La FHA permet d'éliminer les germes présents à la surface des mains. Elle évite la transmission de germe lors des soins et ainsi diminue le nombre d'infections associées aux soins. Depuis les années 2000 et l'utilisation des SHA en France, le nombre d'infections nosocomiales a diminuée grâce à une meilleure hygiène des mains. Certaines infections ont même diminué de 50%.

7) Les solutions hydro-alcooliques dessèchent moins la peau que les savons.

VRAI. Les SHA contiennent des émollients permettant de moins dessécher les mains que les savons. Pour une bonne tolérance, il faut les utiliser sur des mains sèches.

8) Les solutions hydro-alcooliques favorisent la survenue de cancer.

FAUX. Les SHA ne provoquent pas le cancer. De nombreuses fausses informations alimentent ce sujet. Un rapport des autorités sanitaires françaises indique « n'avoir pas identifié un risque sanitaire supplémentaire cancérigène ou reprotoxique ou neurotoxique, par voie cutané ou inhalé suite à l'exposition à l'éthanol contenu dans les produits hydro-alcooliques dans les conditions d'exposition normales d'utilisation chez l'homme ». Par ailleurs les produits commercialisés en France ne contiennent pas de perturbateurs endocriniens ce qui n'est pas le cas de nombreux produits utilisés au quotidien. Pour en savoir plus : <https://www.quechoisir.org/comparatif-ingredients-indesirables-n941/>

9) Dans la vie quotidienne au domicile, le lavage des mains avec de l'eau et du savon suffit.

VRAI. Le lavage des mains à l'eau et savon suffit dans la vie quotidienne pour diminuer le risque de transmission d'infections. En milieu de soins, face à des personnes fragiles et lors de soins plus ou moins invasifs, la FHA reste privilégiée car plus efficace.

QUIZZ SOIGNANTS



Testez vos connaissances sur l'hygiène des mains en cochant pour chacune de ces affirmations vrai ou faux !

Un point par bonne réponse vous permettra d'obtenir votre score et savoir si vous maîtrisez l'hygiène des mains ou si de petites révisions s'imposent ...

AFFIRMATIONS	VRAI	FAUX	Score
1) La friction hydro-alcoolique est plus efficace que le lavage simple des mains (eau + savon) sur les micro-organismes.			
2) La friction hydro-alcoolique lors de soins permet de me protéger et protéger mes patients de la transmission de micro-organismes.			
3) L'hygiène des mains par friction hydro-alcoolique permet de diminuer le nombre d'infections associées aux soins.			
4) La friction hydro-alcoolique doit être privilégiée même en présence de souillures sur les mains.			
5) Pour tout soin, au minimum 2 frictions hydro-alcooliques doivent être réalisés : une avant et une après le soin.			
6) Un lavage simple des mains (eau + savon) doit systématiquement être réalisé avant toute friction hydro-alcoolique.			
7) Le port d'une alliance ne diminue pas l'efficacité de la friction hydro-alcoolique.			
8) Les produits hydro-alcooliques doivent être réservés aux situations d'épidémies (GEA, IRA, ...).			
9) Après tout soin réalisé auprès d'un patient infecté par un Clostridium difficile, une hygiène des mains par friction hydro-alcoolique est suffisante.			
10) Après le port de gants, il faut réaliser une friction hydro-alcoolique des mains.			

AFFIRMATIONS	VRAI	FAUX	Score
11) L'utilisation intensive des produits hydro-alcooliques favorise l'émergence de bactéries multi-résistantes.			
12) Les produits hydro-alcooliques ne sont pas efficaces sur les bactéries multi-résistantes et hautement résistantes émergentes.			
13) Les produits hydro-alcooliques offrent une meilleure tolérance sur les mains que les savons.			
14) Les produits hydro-alcooliques peuvent contenir des perturbateurs endocriniens.			
15) L'utilisation intensive des produits hydro-alcooliques peut contribuer à une alcoolémie élevée.			

SCORE TOTAL

/15

Réponses QUIZZ SOIGNANTS



Voici les réponses aux questions précédentes !

1) La friction hydro-alcoolique (FHA) est plus efficace que le lavage simple des mains (eau + savon) sur les micro-organismes.

VRAI. Dans le cadre des précautions standard, la FHA est validée comme moyen de la prévention de la transmission croisée car elle est la méthode la plus efficace en termes d'élimination des micro-organismes. Le lavage simple des mains avec un savon va avoir une action nettoyante. Cette technique d'hygiène des mains va permettre de nettoyer les mains et de diminuer le nombre de micro-organismes présents à leur surface.

2) La FHA lors de soins permet de me protéger et protéger mes patients de la transmission de micro-organismes.

VRAI. La FHA désinfecte les mains c'est-à-dire qu'elle détruit tous les micro-organismes de la surface des mains. Ainsi, cela permet d'éviter l'auto-contamination du professionnel et la transmission croisée au patient et à l'environnement. Cela permet de diminuer le risque d'infection pour soi-même et pour les autres.

3) L'hygiène des mains par FHA permet de diminuer le nombre d'infections associées aux soins.

VRAI. Grâce à une meilleure observance de l'hygiène des mains et son efficacité à détruire les micro-organismes, la FHA a permis de diminuer le nombre d'infections associées aux soins; certaines études indiquent même une réduction de 50 % de certaines infections.

4) La friction hydro-alcoolique doit être privilégiée même en présence de souillures sur les mains.

FAUX. En présence de mains visuellement souillées, la FHA n'est pas recommandée car elle ne sera pas efficace. Il est recommandé dans ce cas d'effectuer une hygiène des mains par lavage simple (eau + savon) puis une fois les mains nettoyées (propres) et complètement sèches de réaliser une FHA pour désinfecter les mains.

5) Pour tout soin, au minimum 2 FHA doivent être réalisés : une avant et une après le soin.

VRAI. Un acte de soin nécessite au moins : une FHA avant de toucher le patient ou résident pour un soin et une FHA après avoir touché le patient (avant de quitter la chambre).

6) Un lavage simple des mains (eau + savon) doit systématiquement être réalisé avant toute FHA.

FAUX. Un lavage simple des mains est indiqué avant une FHA seulement dans les cas : de mains visuellement souillées, de prise en charge de patient infecté à Clostridium difficile ou porteur de gale.

7) Le port d'une alliance ne diminue pas l'efficacité de la FHA.

FAUX. Le port d'une alliance et de bijoux sur les mains et poignets diminue l'efficacité de la FHA. Les bijoux ne seront pas désinfectés ainsi que les endroits de la peau où ils sont situés. En préalable à l'hygiène des mains, le soignant doit porter une tenue à manches courtes, avoir des ongles courts, sans faux ongles ni résine et porter aucun bijou (y compris montre et alliance).

8) Les PHA doivent être réservés aux situations d'épidémies (GEA, IRA, ...).

FAUX. Les PHA sont à utiliser dans toutes les situations de soins sauf en cas de mains visiblement souillées, lors de prise en charge de patient infecté par un *Clostridium difficile* ou atteint de gale. Dans ces situations, un lavage simple des mains est recommandé avant de réaliser une FHA.

9) Après tout soin réalisé auprès d'un patient infecté par un *Clostridium difficile*, une hygiène des mains par FHA est suffisante.

FAUX. La FHA n'est pas efficace sur le *Clostridium difficile* car c'est une bactérie qui peut être sous une forme sporulée. Seul le lavage simple des mains avec son action mécanique permettra d'éliminer cette bactérie. Il en est de même pour le parasite de la gale, *Sarcoptes scabiei*. Lors de la prise en charge de patients présentant une infection à *Clostridium difficile* ou atteints de gale, une hygiène des mains par lavage simple (eau + savon) est à réaliser avant la FHA, qui elle sera efficace sur les autres micro-organismes.

10) Après le port de gants, il faut réaliser une FHA des mains.

VRAI. Au retrait des gants, les mains peuvent se contaminer avec ceux-ci. Ainsi il est indispensable après leur retrait de réaliser une FHA. De même la réalisation d'une FHA est nécessaire avant de mettre les gants afin de ne pas les contaminer au moment de les prendre. Cette désinfection permet aussi d'abaisser le niveau initial de contamination des mains (majorée sous les gants par la chaleur et l'humidité).

11) L'utilisation intensive des produits hydro-alcooliques (PHA) favorise l'émergence de bactéries multi-résistantes.

FAUX. Les concentrations d'alcool (environ 80%) dans les PHA ne sont pas compatibles avec la survenue de résistance. Les PHA contribuent au contraire à limiter la diffusion de ces bactéries résistantes aux antibiotiques.

12) Les PHA ne sont pas efficaces sur les bactéries multi-résistantes et hautement résistantes émergentes.

FAUX. Les BMR et BHRé sont résistantes aux antibiotiques pas aux PHA qui restent efficaces sur ces bactéries.

13) Les PHA offrent une meilleure tolérance sur les mains que les savons.

VRAI. Les PHA contiennent des émollients entraînant moins de sécheresse et d'irritations de contact que le lavage simple des mains (eau + savon + essuie-mains). Pour une bonne tolérance, il faut les utiliser sur des mains parfaitement sèches et privilégier des PHA sans parfum. Ne pas hésiter à consulter en cas de lésions persistantes. Une crème de soins en fin de journée pourra être appliquée sur les mains quelque soit la technique d'hygiène des mains.

14) Les PHA peuvent contenir des perturbateurs endocriniens.

FAUX. Les PHA distribués en France dans les établissements sanitaire médico-sociaux et pharmacie de ville ne contiennent pas de perturbateurs endocriniens : bisphénol A, triclosan et triclocarban. Ce qui n'est pas le cas de nombreux produits utilisés au quotidien.

Pour en savoir plus : <https://www.quechoisir.org/comparatif-ingredients-indesirables-n941/>

15) L'utilisation intensive des PHA peut contribuer à une alcoolémie élevée.

FAUX. L'absorption d'alcool lors de FHA intensives est extrêmement faible et équivalente aux valeurs d'éthanolémie endogène (c'est-à-dire que le corps produit naturellement). Il n'y a pas de contre-indication à l'utilisation des PHA chez la femme enceinte.