

## 3/ Hygiène des mains

### La transmission manuportée

La main, notre outil de travail = principal maillon de la chaîne de contamination (80%)

### La flore cutanée

L'être humain est constitué de 4 types de flore

- cutanée
- gynéco-urinaire
- respiratoire
- digestive

La flore cutanée est constituée de la

- flore résidente ou flore commensale
- flore transitoire

#### Flore résidente

- située en profondeur
- stable en quantité et qualité
- se régénère régulièrement
- composée essentiellement de Gram + (ex: staphylocoque de l'épiderme)
- barrière de protection pour l'individu
- non pathogène pour l'homme sain
- jamais supprimée totalement après lavage des mains

#### Flore transitoire

- superficielle
- instable: varie au cours de la journée selon l'activité
- varie selon les contacts
- reflet de la flore hospitalière (ex: staphylocoque doré)
- peut déstabiliser la flore cutanée
- peut être pathogène
- éliminée après lavage soigneux des mains

Les différentes techniques de lavage des mains et leurs indications doivent être connues par tous les membres de l'équipe de soins

Les points d'eau doivent être propres

Pas de bagues, bracelets ou montre

La tenue doit être à manche courte

Ongles courts sans vernis (même incolore ou durcisseur): représentent un réservoir microbien et peuvent présenter des microfissures

Le port de gants n'empêche pas le lavage des mains (prolifération microbienne sous les gants du fait de la chaleur et de l'humidité qui s'y créent)

Le rinçage des mains est primordial pour permettre l'élimination du savon et la flore bactérienne

Souvent un mauvais rinçage entraîne une présence prolongée de savon et des problèmes d'irritation

Le séchage est important car les mains mouillées se recontaminent plus vite et mal les essuyer entraîne des problèmes dermatologiques (gerçures, irritations)

## Quand faut-il se laver les mains ?

A la prise de service

Entre 2 actes sur des malades

Après s'être mouché, coiffé

Après être allé aux WC, mais aussi avant

En quittant le service

Avant de manger, de distribuer les repas

Après avoir fumé

Après avoir manipulé du matériel souillé

En quittant un service de contagieux

## Hygiène des mains

### Lavage simple

- avec un savon simple, doux
- pour actes banaux

### Lavage antiseptique

- avec un savon antiseptique, pendant 1 minute
- pour des actes à haut risque
- lors d'isolement

### Lavage chirurgical

- double lavage + brossage

### Friction hydro alcoolique

- avec un gel ou une solution hydro alcoolique, pendant 30 secondes

## Lavage simple des mains

### Objectifs

- prévenir la mission manuportée
- éliminer la flore transitoire

### Indications

- à la prise de service et en le quittant
- après tout geste de la vie courante
- lors des soins d'hygiène, de confort, d'hôtellerie
- soins infirmiers non invasifs
- après chaque geste contaminant
- après toute activité ou soin au malade

### Matériels et produits

- savon liquide doux avec support adapté
- essuie mains à usage unique
- poubelle

**Technique:** le temps minimum à respecter est de 30 secondes (temps de massage des mains avec le savon), les mains et les avant-bras doivent être nus

- mouiller les mains et les avant-bras
- appliquer une dose de savon
- laver en massant et en insistant sur les espaces interdigitaux
- rincer abondamment, du bout des doigts vers les avant-bras, maintenir les paumes de mains vers le haut
- sécher soigneusement par tamponnement avec l'essuie-mains à usage unique

- fermer le robinet avec le dernier essuie-mains utilisé
- jeter l'essuie-mains dans la poubelle sans la toucher avec la main

## Lavage antiseptique ou hygiénique

### Objectifs

- éliminer la flore transitoire
- diminuer la flore résidente

### Indications

- gestes invasifs (sondage vésical, pose d'un KT veineux...)
- technique d'isolement septique ou aseptique

### Matériels et produits

- savon antiseptique à large spectre en solution moussante avec distributeur (type Bétadine Scrub, Hibiscrub)
- essuie-mains à usage unique
- poubelle avec pédale

**Technique:** le temps minimum à respecter est de 1 minute (temps de massage des mains avec le savon antiseptique)

- mouiller les mains et les avant-bras
- prélever une dose de savon
- laver en massant les mains
- insister sur les espaces interdigitaux, le pourtour des ongles
- rincer abondamment du bout des doigts vers les avant-bras
- maintenir les paumes de mains vers le haut
- sécher soigneusement par tamponnement avec l'essuie-mains à usage unique
- fermer le robinet à l'aide du dernier essuie-main utilisé
- jeter les essuie-mains dans la poubelle sans toucher avec les mains

**Recommandations:** le lavage antiseptique doit être effectué avant la réalisation du soin en utilisant le point d'eau le plus proche

## Friction hydro alcoolique

Alternative au lavage des mains

Amélioration de la compliance au lavage simple et antiseptique des mains

### Mode d'utilisation

- produit en lotion: verser quelques millilitres de produit ou une pression de la pompe doseuse dans le creux de la main
- produit en mousse ou gel: déposer une noisette de produit dans le creux de la main
- se masser les mains pour bien répartir le produit
- insister sur: les espaces interdigitaux, le bord cubital, le pourtour des ongles, la pulpe digitale
- ne pas rincer
- laisser sécher 30 secondes à 1 minute selon la nature du produit
- après le soin, il est préférable de se laver les mains

### Indications

- avant et après un contact direct non salissant avec un patient ou son environnement proche
- entre 2 soins non salissants pour un même patient ou entre 2 patients
- avant et après des soins de patients en isolement (septique ou protecteur)
- avant un geste aseptique ou invasif non chirurgical

### Contre-indications

- mains souillées
- mains humides
- mains poudrées ou talquées
- mains lésées

### **Avantages**

- s'utilise en l'absence de point d'eau
- action rapide
- n'agresse pas les mains des soignants
- pas de recontamination par l'eau de rinçage ou essuie-mains

### **Antisepsie des mains par friction**

1. Paume contre paume
2. Paume de la main droite sur le dos de la main gauche et paume de la main gauche sur le dos de la main droite
3. Paume contre paume avec les doigts entrelacés
4. Dos des doigts contre la paume opposée avec les doigts emboîtés
5. Friction en rotation du pouce droit enchâssé dans la paume gauche et vice versa
6. Friction en rotation mouvement de va-et-vient avec les doigts joints de la main droite dans la paume gauche et vice-versa

www.fiches-ide.com