

HYGIÈNE DES MAINS



GÉNÉRALITÉS

Le lavage des mains est le moyen le plus efficace de prévenir la transmission des infections. Cela est particulièrement vrai en service de garde et en milieu scolaire, où les personnes sont en contact étroit et où les objets sont partagés, par exemple les jouets. Le lavage des mains, effectué de la bonne façon au bon moment, contribue à une diminution de la transmission des infections.

Les ongles doivent être courts et propres.

Les ongles longs, les faux ongles, le vernis écaillé ou les bagues favorisent la contamination des mains et rendent plus difficile un bon lavage des mains. De plus, les ongles longs peuvent plus facilement percer les gants.

QUAND DOIT-ON SE LAVER LES MAINS?

En service de garde ou en milieu scolaire, les mains doivent être lavées dans les situations suivantes :

1. En arrivant au service de garde ou à l'école et en quittant les lieux.
2. Avant de manger ou de boire et avant d'aider un enfant à manger ou à boire.
3. Avant et après la manipulation des aliments.
4. Après chaque changement de couche.
5. Après être allé aux toilettes ou après avoir aidé un enfant à y aller.
6. Après avoir touché un objet ou une surface sale.
7. Après avoir joué à l'extérieur.
8. Après avoir utilisé un papier mouchoir ou après avoir toussé ou éternué.
9. Avant et après le brossage des dents ainsi qu'avant d'aider un enfant à se brosser les dents.
10. Avant et après un changement de pansement.
11. Avant la préparation et l'administration d'un médicament (crème, gouttes, etc.).
12. Avant et après la prise de température.
13. Après avoir été en contact avec un liquide biologique (sang, sécrétions, excréments).
14. Après le retrait des gants.
15. Avant et après les jeux à la table d'eau ou les activités avec la gouache ou la pâte à modeler.
16. Avant de jouer d'un instrument de musique.

17. Avant de manipuler un produit cosmétique et avant de maquiller chaque enfant.
18. Après avoir été en présence d'animaux.
19. Après avoir fumé.
20. Lorsque les mains sont visiblement souillées.
21. Chaque fois qu'on le juge nécessaire.

Pour les manipulateurs d'aliments, voir la section [Hygiène à la cuisine et hygiène des aliments](#) dans le présent chapitre.

AVEC QUOI SE LAVE-T-ON LES MAINS?

Pour se laver les mains, on utilise de l'eau tiède et du savon liquide placé dans un distributeur. Lorsque le distributeur à savon est vide, il faut le remplacer ou le laver avant de le remplir afin d'éviter toute contamination du savon. Le pain de savon est à éviter, car il se contamine rapidement. Il n'est pas recommandé d'utiliser un savon antimicrobien en service de garde ou en milieu scolaire.

En l'absence d'eau et de savon, une SHA peut être utilisée. Les SHA les plus efficaces contiennent plus de 60 % d'alcool. La solution est combinée avec des agents émoullissants pour éviter l'assèchement de la peau. Les SHA se présentent sous forme de gel, de liquide ou de mousse. Elles sont très efficaces contre la majorité des microbes. De plus, elles agissent rapidement : dès que les mains sont sèches, elles sont désinfectées. Toutefois, les SHA sont moins efficaces si les mains sont visiblement souillées ou mouillées. Par ailleurs, les SHA doivent être gardées hors de la portée des jeunes enfants, et les jeunes enfants doivent les utiliser sous supervision.

LAVAGE DES MAINS À L'EAU ET AU SAVON

Pour le lavage des mains à l'eau et au savon :

- Si une plate-forme est utilisée, elle devrait être munie d'une surface antidérapante.
- Le robinet doit fournir un écoulement d'au moins 30 secondes sans être réactivé.
- Un savon doit se trouver à proximité.
- Des serviettes de papier à usage unique ou des serviettes personnalisées doivent se trouver à proximité.

COMMENT SE LAVER LES MAINS AU LAVABO?

La technique de lavage des mains comporte les étapes suivantes :

1. Ouvrir le robinet.
2. Se mouiller les mains et les poignets.



3. Mettre du savon et savonner vigoureusement toutes les surfaces des mains et des poignets pendant 15 à 30 secondes (ne pas oublier les espaces interdigitaux, le bout des doigts, les ongles et les pouces).



4. Rincer abondamment à l'eau.



5. Sécher les mains avec des serviettes de papier ou une serviette personnalisée.



6. Fermer le robinet avec les serviettes de papier ou la serviette personnalisée.



Illustrations tirées de COMITÉ DE PRÉVENTION DES INFECTIONS DANS LES SERVICES DE GARDE À L'ENFANCE DU QUÉBEC, *Ouste les microbes! La mousse à la rescousse.*, [En ligne], ministère de la Famille et des Aînés, 2007, www.mfa.gouv.qc.ca/fr/publication/Documents/MFA-Affiche_Mains.pdf (Consulté le 15 septembre 2014).

COMBIEN DE TEMPS DURE LE LAVAGE DES MAINS?

Le lavage des mains doit durer au moins 15 à 30 secondes. Si la peau et les ongles sont visiblement souillés, on doit prolonger la durée du frottage, et ce, jusqu'à ce que les mains soient propres.

On peut guider les enfants sur la durée habituelle du lavage des mains en leur faisant chanter une courte chanson (ex. : *Bonne fête*).

AVEC QUOI S'ESSUIE-T-ON LES MAINS?

On suggère des serviettes de papier pour s'essuyer les mains. Celles-ci ont une double fonction, car elles sont aussi utilisées pour fermer le robinet afin d'éviter que les mains propres soient contaminées.

La serviette commune en tissu est à éviter, car elle peut devenir une source de contamination. Si la serviette en tissu est utilisée, elle doit être personnalisée à chaque enfant.

SITUATIONS PARTICULIÈRES

Comment laver les mains d'un enfant à l'eau et au savon avec une débarbouillette?

1. Laver les mains de l'enfant avec une débarbouillette à usage unique imbibée d'eau tiède et de savon.
2. Rincer avec une autre débarbouillette à usage unique imbibée d'eau tiède.
3. Sécher les mains avec des serviettes de papier ou une serviette personnalisée.

Doit-on utiliser des lotions à mains?

La lotion procure l'hydratation de la peau des mains et favorise une bonne protection contre la sécheresse, les gerçures et les dermatites chez le personnel. Lorsque le contenant de lotion est vide, il ne doit pas être rempli, mais jeté afin d'éviter la contamination de la lotion.

LAVAGE DES MAINS SANS EAU

Le lavage des mains à l'eau et au savon demeure le meilleur moyen de se laver les mains. Toutefois, en l'absence d'eau et de savon, une SHA peut être utilisée dans les circonstances où le lavage des mains à l'eau et au savon n'est pas nécessaire. La SHA peut par exemple être utilisée quand les enfants entrent dans la classe. Le lavage des mains sans eau n'assèche pas plus la peau que le lavage avec eau.

Toutefois, le lavage des mains avec eau est nécessaire dans les circonstances suivantes :

- Lorsque les mains sont visiblement souillées.
- Après être allé aux toilettes.
- Après avoir changé la couche d'un enfant.
- Après avoir aidé un enfant à aller aux toilettes.

COMMENT SE LAVER LES MAINS SANS EAU?

Il faut utiliser la même technique et faire les mêmes mouvements que lors du lavage des mains avec de l'eau et du savon :

1. Déposer au creux de la main une quantité suffisante de SHA pour enduire toutes les surfaces des mains et des poignets. Habituellement, un coup de pompe suffit. Utiliser moins de produit si celui-ci est destiné à l'usage d'un enfant.
2. Frotter vigoureusement toutes les surfaces des mains et des poignets (ne pas oublier les espaces interdigitaux, le bout des doigts, les ongles et les pouces).
3. Continuer de frotter jusqu'à ce que les mains soient sèches sans utiliser de serviette de papier.

Les SHA ne doivent pas être utilisées si les mains sont visiblement souillées ou mouillées parce qu'elles sont alors moins efficaces.

Les serviettes humides jetables ne nettoient pas les mains de façon efficace. Elles pourraient servir à un premier nettoyage lorsque les mains sont très souillées et qu'il n'y a pas d'eau disponible. Cependant, ce nettoyage doit être suivi de l'utilisation d'une SHA.

QUELLES PRÉCAUTIONS PRENDRE?

En service de garde ou en milieu scolaire, l'utilisation de SHA peut représenter des risques de blessures associées à l'ingestion ou aux éclaboussures du produit. Les règles d'utilisation suivantes sont recommandées :

- Les SHA doivent être dans un endroit sous surveillance sans pour autant être gardées sous clé. Toutefois, les réserves de produits doivent être entreposées dans un espace de rangement verrouillé.
- Si des distributeurs muraux sont utilisés, ils doivent être munis d'un plateau antigouttes.
- Seules les SHA à base d'alcool éthylique sont recommandées.
- Les SHA doivent être gardées hors de la portée des jeunes enfants, et les jeunes enfants doivent les utiliser sous supervision.