

Qu'est-ce que l'hygiène des mains?

L'hygiène des mains est le nom donné au processus de lavage de vos mains que vous soyez à la maison, au bureau, sur la route ou à l'épicerie. Il existe plusieurs savons, lotions, désinfectants sans eau et autres intéressants produits sur le marché; Alors, lequel devrait-on utiliser et quand?

Nous transportons tous des microorganismes sur notre peau. Certains vont et viennent (dit transitoires) alors que d'autres s'incrusteront pour former des groupes d'organismes qui se collent à nous, connu sous l'appellation *Resident flora*, et qui sont parfois unique à leur propriétaire!

Les organismes transitoires tendent à coloniser les couches cutanées supérieures et peuvent être acquis lors d'un contact direct avec les clients/patients, les membres du personnel en soins de santé, les équipements contaminés ou les objets présents dans notre environnement. Avez-vous déjà pensé à ce qui pouvait se trouver sur la dernière poignée de porte que vous avez touché? Le problème avec les organismes transitoires est qu'ils peuvent facilement se transmettre d'une personne ou d'un objet à une autre personne. Certains organismes transitoires causent même des maladies; comme par exemple le virus de la grippe.

On retrouve les organismes *Resident flora* dans les couches cutanées inférieures de chaque individu et s'éliminent plus difficilement. Ces organismes ne causent généralement pas de maladies et sont, en fait, bénéfiques à la bonne santé de notre peau.

Lorsque l'hygiène des mains est pratiquée, on tente d'enlever la saleté visible et aussi de toujours éliminer ou tuer les microorganismes transitoires qui se trouvent sur les mains sans affecter les organismes résidents qui eux aident au maintien de la santé des mains. Comment arrive-t-on à faire cela? Eh bien, il existe deux méthodes généralement utilisées dépendamment de ce que l'on souhaite éliminer.

Adapté de:

Pratiques exemplaires d'hygiène des mains dans tous les milieux de soins de santé

Comité consultatif provincial de l'Ontario Infectious Diseases

(CCPMI)

2010

Désinfection sans eau des mains ou décontamination

Utiliser un désinfectant à base d'alcool (70 à 90%) est la méthode de prédilection quand nos mains nous semblent propres ou nous donnent la sensation de l'être.

L'utilisation d'un désinfectant est, en toute circonstances, plus rapide qu'un lavage de mains traditionnel, plus pratique, moins dur et moins asséchant pour la peau et surtout, plus efficace qu'un nettoyage à l'eau et au savon quand il n'y a pas de saleté visible sur les mains.

Lavage des mains

Doit être effectué avec un savon ordinaire et de l'eau courante quand nos mains sont visiblement ou procurent la sensation d'être sales, après l'utilisation des toilettes et avant de manger.

La raison est que l'action mécanique du lavage, rinçage et séchage enlève les matières organiques qui se retrouvent sur les mains et qui sont susceptible d'inhiber l'action de l'alcool. Une fois débarrassé des matières organiques, les microorganismes transitoires peuvent être alors facilement éliminés. Si nos mains sont visiblement souillées et qu'aucune source d'eau courante n'est accessible, on utilise une lingette humide pour enlever la saleté visible, suivie d'un désinfectant.

Enfin, il n'ya aucun avantage à l'utilisation des antimicrobiens versus du savon ordinaire, sauf pour les procédures médicales ou chirurgicales où un effet antibactérien résiduel de longue durée est nécessaire.

Pour plus d'information (disponible en français et en anglais) SVP cliquez ici (faire défiler jusqu'au bas de la page web pour les fichiers PDF téléchargeables):

<http://www.oahpp.ca/resources/pidac-knowledge/best-practice-manuals/hand-hygiene.html>

Adapté de:

Pratiques exemplaires d'hygiène des mains dans tous les milieux de soins de santé
Comité consultatif provincial de l'Ontario Infectious Diseases
(CCPMI)
2010