



1) Quelles techniques d'hygiène des mains connaissez-vous ?

La friction hydro-alcoolique et le lavage des mains au savon doux :

- La **friction hydro-alcoolique** permet de **désinfecter** la peau en **détruisant** les microorganismes présents sur la surface de la peau.
- Le **lavage au savon doux** permet de **nettoyer** la peau et de **diminuer** le nombre de microorganismes présents sur la surface de la peau.

2) Quelle est la technique de référence pour l'hygiène des mains ?

La friction hydro-alcoolique est la technique de référence pour l'hygiène des mains. Pourquoi privilégier cette technique par rapport au lavage des mains au savon ?

- Elle est plus efficace : Le produit hydro-alcoolique désinfecte (détruit les microorganismes) alors que le savon n'a qu'une action nettoyante (il n'enlève qu'une partie des micro-organismes présents à la surface des mains).
- Elle est plus rapide : elle doit durer 30 secondes alors que le lavage des mains dure au total environ 1 minute (mouillage des mains, savonnage pendant au moins 15 secondes, rinçage abondant et séchage par tamponnement)
- Elle est mieux tolérée que le lavage des mains au savon et à l'eau.

3) Citez 5 situations qui nécessitent une friction avec une solution hydro-alcoolique

Les **5 indications d'hygiène des mains selon l'OMS** sont les suivantes :

- **avant le contact avec le résident**
- **après contact avec le résident**
- **après risque de contact avec les liquides biologiques**
- **après contact avec environnement du résident**
- **avant geste aseptique**

Autres indications d'hygiène des mains par friction hydro-alcoolique :

- avant de mettre des gants à usage unique
- après le retrait des gants à usage unique

4) Quelle est la composition de la solution hydro-alcoolique ?

Alcool (environ 80%), eau, agents émoullissants (ex : glycérine)

5) La friction à la solution hydro-alcoolique est-elle plus irritante que le lavage à l'eau et au savon ?

NON. Les solutions hydro-alcooliques contiennent des émoullissants et entraînent 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.

6) Combien d'étapes doit comporter une friction à la solution hydro-alcoolique pour être efficace ?

Sept étapes : paume contre paume, paume contre dos, doigts entrelacés, dos des doigts, pouces, bouts des doigts et poignets.

7) Combien de temps doit durer une friction hydro-alcoolique pour être efficace ?

30 secondes

8) La solution hydro-alcoolique est-elle efficace sur les BMR (bactéries multirésistantes) ?

OUI. La solution hydro alcoolique est efficace sur les BMR. Les BMR sont résistantes aux antibiotiques.

9) La solution hydro-alcoolique est-elle efficace sur le *Clostridium difficile* ?

NON. Les spores du *Clostridium difficile* sont éliminées par un lavage au savon doux suivi d'un séchage minutieux. Il sera suivi par une friction hydro-alcoolique pour éliminer les autres micro-organismes (bactéries, virus,...)

10) La solution hydro-alcoolique est-elle efficace en cas de gale ?

NON. Le sarcopte de la gale est éliminé par un lavage au savon doux suivi d'un séchage minutieux. Il sera suivi par une friction hydro-alcoolique pour éliminer les autres micro-organismes (bactéries, virus,..)

11) Dans quelle(s) situation(s) faut-il réaliser un lavage des mains au savon doux avant d'effectuer une friction hydro-alcoolique ?

Un lavage simple des mains est indiqué avant une friction hydro-alcoolique seulement dans les cas suivants : **mains visuellement souillées, après la prise en charge d'un résident ayant une infection à *Clostridium difficile* ou d'un résident atteint de gale.**

12) Le port de bijoux aux mains ou aux poignets diminue-t-il l'efficacité de la friction hydro-alcoolique ?

OUI. Le port d'une alliance et de bijoux sur les mains et poignets diminue l'efficacité de la friction hydro-alcoolique. 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 ne doit porter aucun bijou aux mains ni aux poignets (y compris montre et alliance).

13) Pourquoi le vernis sur les ongles est-il à proscrire pour les professionnels en milieu de soins ?

Les micro-organismes peuvent se loger dans les rayures présentes sur le vernis ou les faux-ongles, et si le vernis ou le gel se décolle un peu, les bactéries peuvent se loger entre lui et l'ongle.

14) Quelle est la longueur maximale des ongles préconisée ?

La longueur maximale autorisée est de **1 millimètre**.

15) Quelle est la quantité de solution hydro-alcoolique nécessaire pour une friction des mains efficace ?

La quantité doit être suffisante pour une friction complète des 2 mains qui doit durer au moins 30 secondes jusqu'au séchage complet des mains (variable en fonction de la taille des mains).

16) Un test d'alcoolémie peut-il être positif après la réalisation répétée de frictions hydro-alcooliques des mains ?

NON. 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).

17) Lors de l'utilisation de gants de soins à usage unique, à quel moment dois-je réaliser une friction hydro-alcoolique ?

AVANT : 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).

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

18) Les solutions hydro-alcooliques contiennent-elles des perturbateurs endocriniens ?

NON. Les produits hydro-alcooliques distribués en France dans les établissements sanitaires, médico-sociaux et en pharmacie de ville ne contiennent pas de perturbateurs endocriniens (bisphénol A, triclosan et triclocarban).

19) Quelle est la proportion d'infections associées aux soins liées à des micro-organismes manuportés ?

Environ **80%** des infections associées aux soins sont liées à des micro-organismes manuportés.