



Lavage des mains

Après une catastrophe, il est parfois difficile de trouver de l'eau courante. Néanmoins, il est toujours aussi important de se laver les mains afin d'éviter la contagion. Il est préférable de vous laver les mains avec de l'eau et du savon mais, quand l'eau n'est pas disponible, vous pouvez utiliser des produits à base d'alcool conçus pour se nettoyer les mains. Ci-dessous vous trouverez quelques conseils pour vous laver les mains à l'eau et au savon et avec des produits à base d'alcool.

Quand faut-il se laver les mains ?

1. Avant de préparer des aliments ou de manger.
2. Après être allé aux toilettes.
3. Après avoir nettoyé un enfant qui est allé aux toilettes.
4. Lorsque vous donnez des soins à une personne malade.
5. Après avoir manipulé des aliments non cuits, surtout les viandes, la volaille ou le poisson crus.
6. Après vous être mouché, avoir toussé ou éternué.
7. Après avoir touché un animal ou des matières animales.
8. Après avoir manipulé des ordures.
9. Lorsque vous traiter une coupure ou une blessure.

Techniques pour se laver les mains avec des produits à base d'alcool

Lorsque les mains sont visiblement sales, elles doivent être lavées à l'eau et au savon si ces derniers sont disponibles.

Toutefois, si vous n'avez pas accès à du savon et à de l'eau, utilisez un produit à base d'alcool pour vous laver les mains. Lorsque vous utilisez un gel lavant à base d'alcool, appliquez le produit dans la paume d'une main et frotter les mains l'une contre l'autre en couvrant toutes les surfaces des mains et des doigts, jusqu'à ce que les mains soient sèches. Notez que la quantité nécessaire pour réduire le nombre de bactéries sur les mains varie en fonction du produit.

Des gels lavant à base d'alcool réduisent considérablement le nombre de microorganismes sur la peau, ils agissent vite et causent moins d'irritation à la peau.

Techniques pour se laver les mains à l'eau et au savon :

Voici les bonnes techniques à suivre pour se laver les mains à l'eau et au savon :

1. Placez vos mains ensemble sous l'eau (de l'eau tiède si possible).
2. Frottez les mains l'une contre l'autre pendant au moins 10 à 15 secondes (avec du savon si possible). Lavez toutes les surfaces à fond, y compris les poignets, le dos des mains, les doigts et sous les ongles.
3. Nettoyez sous les ongles pour en ôter les saletés.

Centers for Disease Control and Prevention (CDC)

(suite de la page précédente)

4. Rincez le savon des mains.
5. Séchez bien vos mains avec une serviette propre si possible (cela aidera à enlever les microbes). Toutefois, si des serviettes ne sont pas disponibles ou si elles sont utilisées par tout le monde, il est préférable de laisser les mains sécher à l'air libre.
6. Tapotez la peau plutôt que de la frotter afin d'éviter des mains gercées et crevassées.
7. Si vous utilisez une serviette jetable, jetez-la à la poubelle de façon à ce que personne d'autre ne l'utilise.

Pour de plus amples informations, visitez www.cdc.gov ou appelez la ligne d'urgence du CDC au (888) 246-2675 (anglais), (888) 246-2857 (espagnol), ou (866) 874-2646 (ATME)