

## LA FRICTION



30 SEC



Les solutions hydroalcooliques (SHA) sont utilisées pour la désinfection des mains. Elles permettent de tuer la plupart des virus, microbes et bactéries. Cependant, elles ne remplacent pas l'eau et le savon et ne s'utilisent pas sur des mains avec des souillures (graisse, terre, urines, selles, peinture...).



1  
Prendre au minimum 3 ml de gel dans le creux de la main



2  
Frictionner paume contre paume



3  
Dos des mains



4  
Espaces interdigitaux



5  
Doigts en crochets



6  
Pulpe des doigts



7  
Autour et dessus des pouces



8  
Autour des poignets



Action  
Santé  
Travail

La Prévention en Action

## HYGIÈNE DES MAINS, TOUS CONCERNÉS

Pourquoi ?  
Quand ?  
Comment ?

L'hygiène des mains, un élément essentiel pour votre santé et celle des autres !



## POURQUOI ?

Tous les jours nos mains sont porteuses d'**agents biologiques (virus, bactéries)** en touchant des objets, des surfaces contaminées ou sont au contact de produits chimiques.



La contamination est favorisée dans les circonstances suivantes :

- Des mains portées au visage, au nez ou aux yeux.
- La manipulation d'objets souillés.
- Une mauvaise hygiène des mains.
- Des mains abîmées (eczéma, psoriasis, cassures...).

## QUAND ?

- À la prise ou la reprise du travail.
- À chaque pause ou changement d'activité ou de soins.
- Avant et après tout passage aux toilettes.
- Avant de manger ou boire.
- Avant et après avoir fumé.
- Avant et après s'être mouché.
- Après tout contact avec un objet ou du linge souillé.
- Après tout contact avec un produit chimique ou une zone souillée.
- Avant et après le port de gants.
- Avant de se maquiller, de mettre des lentilles.

### N'oubliez pas :

- Le port de gants ne dispense pas du lavage des mains.
- Évitez le port de bijoux, de vernis.
- Gardez les ongles courts.



## COMMENT ?



Un « bon » lavage des mains se fait avec une quantité suffisante de savon liquide et avec méthode.



Mouiller les mains



Utiliser un savon doux ou, en cas de grosses salissures, un savon d'atelier



Bien savonner entre les doigts



Frotter en insistant sur le bord des mains, la paume



Ne pas oublier les ongles



Ainsi que les poignets



Rincer abondamment



Essuyer et sécher les mains à l'aide d'un papier essuie-mains à usage unique



Si la commande du robinet est manuelle, refermer-le à l'aide d'un papier essuie-mains à usage unique. Vos mains sont propres !

En l'absence de point d'eau, utiliser un jerrican d'eau, du savon liquide et des essuie-mains à usage unique.