

1- Définition

Acte d'hygiène indispensable avant tous les soins.

Selon le CCLIN (Centre de Coordination de la Lutte contre les Infections Nosocomiales) Paris Nord, « il s'agit d'un traitement des mains par un savon liquide non médicamenteux ou par un produit (savon, gel ou solution) ayant un spectre d'activité antimicrobien ciblé sur les micro-organismes de la flore cutanée afin de prévenir l'infection ».



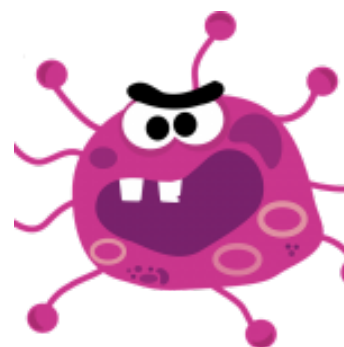
2- La flore cutanée

La flore cutanée est très variable en quantité (de 10^2 à $10^6/cm^2$) et en qualité. Chaque individu est porteur d'une flore résidente qui lui est propre et d'une flore transitoire qui est amenée par l'environnement.

a. La flore résidente ou commensale

La flore résidente ou commensale est formée par des germes peu pathogènes composés de cocci à Gram +, qui sont présents dans les follicules pilo-sébacés. Cette flore a un renouvellement régulier et est différente selon les individus.

Malgré sa faible virulence, un geste médical invasif peut la modifier et alors être à l'origine d'une infection.



b. La flore transitoire ou superficielle

La flore transitoire ou superficielle est formée par des bactéries saprophytes qui sont issues de l'environnement, mais peut aussi être composée par des bactéries commensales des patients dans le service de soins. Elle fait partie d'un écosystème en milieu hospitalier et est à l'origine des bactéries multi-résistantes (BMR). Elle est composée à la fois par des cocci à Gram + mais aussi par des bactéries à Gram - .

3- Hygiène des mains

a. Indications

- Immédiatement avant tout contact direct avec un patient ;
- Immédiatement avant tout soin propre ou tout acte invasif ;

- Entre un soin contaminant et un soin propre ou un acte invasif chez un même patient ;
- Après le dernier contact direct ou soin auprès du patient ;
- Avant d'enfiler des gants de soins ;
- Après le contact avec l'environnement du patient ;
- Après tout contact accidentel avec les liquides biologiques.

b. Prérequis

- Avoir les avant-bras découverts ;
- Avoir les ongles courts : 1 mm ou moins étant associé à une moindre contamination ;
- Ne porter ni montre, ni bracelet, ni bague ou alliance ;
- N'avoir ni vernis, ni faux ongles ;

c. Le lavage simple des mains

Le lavage simple des mains est à réaliser en cas de contre-indications aux solutions hydro-alcooliques. Il utilise du savon doux (détergent simple, pour lequel aucune action antimicrobienne n'est revendiquée).

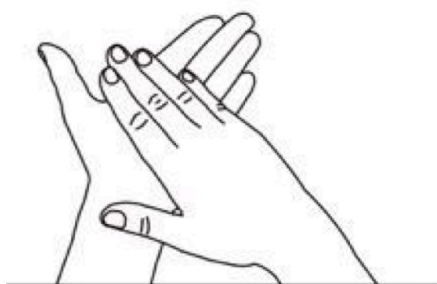
➤ Indications

Le lavage simple des mains est indiqué dans les cas suivants :

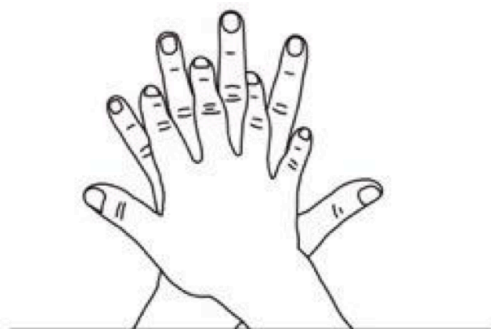
- A la prise de service et en le quittant ;
- Après tout geste de la vie courante (mouchoir, cheveux, sortie des toilettes...) ;
- Avant et après tout soin d'hygiène et de confort, et soins infirmiers non invasifs.

➤ La technique de lavage des mains

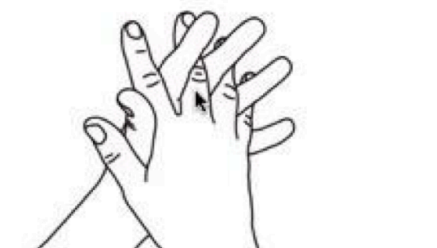
- Se mouiller les mains et poignets à l'eau froide ou tiède ;
- Prendre une dose de savon doux ;
- Se savonner les mains et poignets (minimum 30 secondes) ;
- Rincer soigneusement en partant du bout des doigts vers les poignets (minimum 15 secondes) ;
- Sécher par tamponnement les mains et les poignets ;
- Fermer le robinet avec le dernier papier essuie-mains ;
- Jeter l'essuie-mains dans la poubelle sans la toucher.



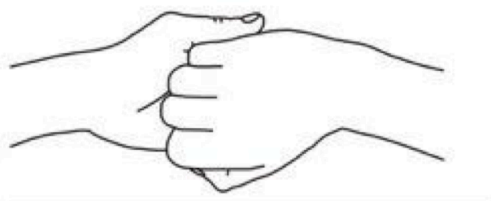
1 Paume sur paume
Désinfection des paumes



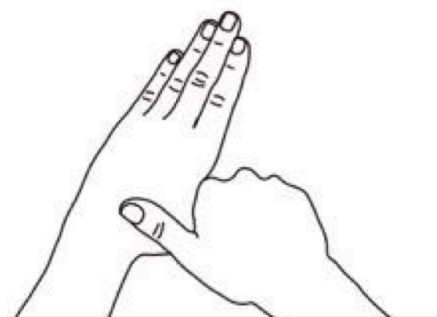
2 Paume sur dos
Désinfection des doigts
et des espaces interdigitaux



3 Doigts entrelacés
Désinfection des espaces
interdigitaux et des doigts



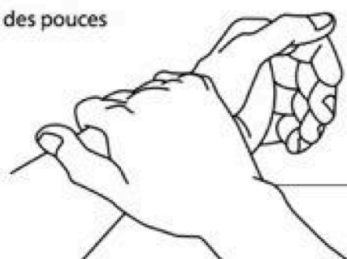
4 Paume/doigts
Désinfection des doigts



5 Pouces
Désinfection des pouces



6 Ongles
Désinfection des ongles



7 Poignets

Le lavage simple

d. Le lavage hygiénique des mains

► Indications

Le lavage hygiénique des mains reste cependant indiqué si :

- Acte ou soin aseptique nécessitant le port de gants stériles de petite intervention ;
- Soins aux patients en isolement (protecteur ou septique).

➤ **Technique du lavage hygiénique des mains**

- Se mouiller les mains et poignets à l'eau froide ou tiède ;
- Prendre une dose de savon antiseptique (Povidone Iodée « Betadine Scrub » ou Chlorhexidine « Hibiscrub ») ;
- Savonner les mains et poignets (minimum 60 secondes) ;
- Rincer soigneusement (minimum 30 secondes) ;
- Sécher par tamponnement les mains et poignets ;
- Fermer le robinet avec le dernier papier essuie-mains ;
- Jeter l'essuie-mains dans la poubelle sans la toucher.

e. Le lavage chirurgical des mains

➤ **Indications**

- Acte à haut risque infectieux en service de soins nécessitant une technique chirurgicale ;
- Pose d'un dispositif invasif ;
- Acte chirurgical en bloc opératoire, en service de radiologie interventionnelle et d'autres services d'investigations.

➤ **Technique du lavage chirurgical des mains avec un savon antiseptique**

- Faire couler l'eau ;

1er temps :

- Se mouiller les mains, poignets et les avant-bras (jusqu'au coude) ;
- Prendre une dose de savon antiseptique ;
- Faire mousser des mains jusqu'aux coudes (60 secondes) ;
- Rincer abondamment.

2ème temps :

- Prendre une dose de savon antiseptique ;
- Prendre une brosse stérile à usage unique ;
- Brosser les ongles (30 secondes par main) ;
- Rincer abondamment.

3ème temps :

- Prendre une dose de savon antiseptique ;
- Savonner mains et avant-bras (60 secondes par main et 30 secondes par avant-bras) ;
- Rincer abondamment ;
- Sécher par tamponnement avec un essuie-main stérile.

➤ **Technique du lavage chirurgical des mains par friction**

1er temps : lavage des mains (2 minutes et 30 secondes) :

- Faire couler l'eau ;
- Se mouiller les mains, les avant-bras jusqu'au coude ;
- Déposer une dose de savon doux ;
- Savonner soigneusement mains et avant-bras pendant au moins 15 secondes par mains ;

- Brosser les ongles (15 secondes par chaque main, 1 fois dans la journée seulement) ;
- Rincer de façon dynamique et abondamment sous l'eau courant pendant 60 secondes ;
- Sécher par tamponnement à l'aide d'essuie-mains à usage unique non stérile.

2ème temps : désinfection par friction (deux fois 90 secondes) ;

1ère friction :

- Déposer une dose minimum de 6 ml de solution hydro-alcoolique dans le creux de la main ;
- Frictionner les mains et les avant-bras en incluant les coudes (90 secondes).

2ème friction :

- Déposer une dose minimum de 6 ml de solution hydro-alcoolique dans le creux de la main ;
- Frictionner les mains et les avant-bras en excluant les coudes (90 secondes).

f. La Friction Hydro alcoolique

➤ Indications

La friction hydro-alcoolique est indiquée pour tout acte ou soin ne nécessitant pas une désinfection chirurgicale des mains et en l'absence de contre-indication à l'utilisation des solutions hydro-alcooliques qui sont : les mains mouillées, souillées, poudrées, lésées ou en cas de contact avec des liquides biologiques.



➤ La technique

- Utiliser pur, 3 ml de solution ;
- L'étaler largement par friction ;
- Pendant 30 secondes minimum ;
- Jusqu'à évaporation spontanée du produit ;
- Ne pas rincer.

La friction est réalisée en 7 points, comme pour le lavage des mains, et renouvelée autant de fois que possible dans la durée impartie.

4- Efficacité en fonction du type de lavage de mains

Produits	Lavage		Désinfection
	Savon simple	Savon antiseptique	Solution hydro-alcoolique
Élimination de la flore transitoire	90%	99.9%	99.99%
Élimination de la flore résidente	Aucune action	50%	99%
Élimination des souillures	+	+	-

5- Cas particuliers

- En cas d'infection à Clostridium Difficile ou au sarcopte de la gale, les solutions hydro-alcooliques ne sont pas efficaces. Il est donc recommandé de faire un lavage simple des mains suivi d'une friction hydro-alcoolique ou alors un lavage hygiénique des mains pour éliminer les spores du Clostridium difficile et le sarcopte de la gale.
- La validité d'un flacon de solution hydro-alcoolique est de 3 mois après ouverture, sans dépasser la date de péremption du produit.
- On peut utiliser la solution hydro-alcoolique jusqu'à ressentir un inconfort des mains, il est alors recommandé de faire un lavage simple des mains.

