

**ARRÊT!**  
*nettoyez-vous les mains*



**STOP!**  
*clean your hands*



**ARRÊT!**  
*nettoyez-vous les mains*



**STOP!**  
*clean your hands*

## COMMENT PRÉVENIR LES INFECTIONS NOSOCOMIALES :

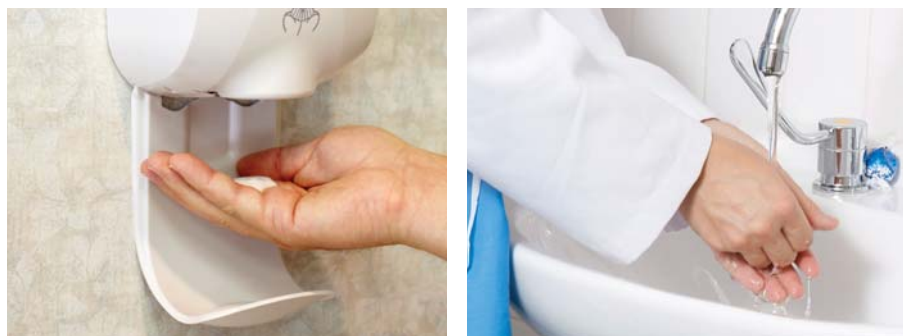
GUIDE À L'INTENTION  
DES PATIENTS ET DES FAMILLES  
[www.hygiènedesmains.ca](http://www.hygiènedesmains.ca)

**cpsi icsp**  
Canadian  
Patient  
Safety  
Institute      Institut  
canadien  
pour la sécurité  
des patients

des soins de santé plus sécuritaires  
*Maintenant!*

## INTRODUCTION

La présente brochure vise à offrir aux patients et à leurs êtres chers de l'information sur la façon dont ils peuvent empêcher la transmission des infections nosocomiales grâce à de bonnes pratiques d'hygiène des mains.



## À QUI PUIS-JE M'ADRESSER SI J'AI DES QUESTIONS OU DES PRÉOCCUPATIONS LIÉES AUX INFECTIONS NOSOCOMIALES?

Si vous avez des questions ou des préoccupations, veuillez vous adresser à votre fournisseur de soins de santé, qui vous dirigera vers la personne compétente.

## QUESTIONNEZ. ÉCOUTEZ. PARLEZ-EN.

Travaillons ensemble afin de prévenir la propagation des infections.

Novembre 2011  
Édité par UHN Patient Education Program - emr



## LISTE DE VÉRIFICATION À L'INTENTION DES PATIENTS, DES FAMILLES ET DES VISITEURS

- Nettoyez-vous les mains avant de toucher un patient et après l'avoir touché.
- Les patients ont le droit de demander aux travailleurs de la santé de se nettoyer les mains avant de leur donner des soins.
- Les patients devraient se nettoyer les mains plusieurs fois par jour, particulièrement après être allés aux toilettes et avant de manger.
- Les antiseptiques à base d'alcool sont généralement plus efficaces, pour le nettoyage des mains, que l'eau et le savon.
- Le fait d'occuper une chambre individuelle réduit le risque d'infection.
- Couvrez-vous la bouche lorsque vous toussiez, et ne rendez pas visite à une personne malade si vous ne vous sentez pas bien.



## L'HISTOIRE DE SUZANNE

Suzanne a été admise dans un grand hôpital pour subir une intervention chirurgicale au cerveau. Elle craignait de contracter une infection et savait que ce type d'infection peut être causé par le fait que les travailleurs de la santé ne se nettoient pas les mains entre chaque patient. Lorsque Suzanne a vu que l'infirmière s'apprêtait à la toucher sans se nettoyer les mains, elle l'a donc arrêtée et l'a priée de le faire. À sa surprise, l'infirmière s'est montrée contrariée, mais elle s'est effectivement nettoyé les mains.

Après l'intervention chirurgicale, Suzanne a rappelé à un autre travailleur de la santé l'importance de se nettoyer les mains, mais celui-ci lui a répondu qu'il «... ne s'en préoccupait pas depuis de nombreuses années et qu'il n'avait jamais été malade ». Suzanne était trop fatiguée pour lui dire que les travailleurs de la santé devraient se nettoyer les mains, en particulier pour protéger les patients, en plus de se protéger eux-mêmes.

Une semaine plus tard, la plaie chirurgicale de Suzanne était infectée.



## QU'EST-CE QU'ON ENTEND PAR « INFECTION NOSOCOMIALE » ET PAR « SUPERBACTÉRIE »?

Une infection nosocomiale est une infection qu'un patient contracte à l'hôpital, pendant qu'il reçoit des soins pour une raison autre que l'infection en question. Les infections nosocomiales peuvent se manifester dans tous les types de milieu de soins.

- Ces infections peuvent survenir en raison d'une procédure, notamment une chirurgie, ou d'un cathéter intraveineux (IV) susceptible d'affaiblir les mécanismes de défense normaux de l'organisme contre l'infection.
- Ces infections peuvent être causées par de nombreux types de bactéries, dont certaines vivent normalement sur la peau; d'autres peuvent être contractées à l'hôpital, notamment les infections liées aux « superbactéries ».

Les « superbactéries » regroupent diverses bactéries, notamment :

- Le *staphylocoque doré* résistant à la méthicilline (SARM)
- Le *Clostridium difficile* (« C. difficile »)
- Ces bactéries ont reçu le surnom de « superbactéries » parce qu'elles sont très résistantes aux antibiotiques et qu'elles peuvent rendre les personnes qu'elles infectent très malades.
- Les « superbactéries » peuvent également être contractées en dehors des hôpitaux.

Les infections nosocomiales sont courantes : une personne admise à l'hôpital sur dix contracte ce type d'infections.

Les infections nosocomiales peuvent également être très graves : chaque année, ces infections causent environ 12 000 décès au Canada.

De nombreuses infections nosocomiales sont évitables.



## QU'EST-CE QUI EST LE PLUS EFFICACE... UN ANTISEPTIQUE POUR LES MAINS À BASE D'ALCOOL OU DE L'EAU ET DU SAVON?

Les antiseptiques pour les mains à base d'alcool, aussi appelés « désinfectants », sont plus efficaces pour enlever les microbes de vos mains; ils agissent plus rapidement et irritent moins la peau que le lavage à l'eau et au savon. Il est donc recommandé d'utiliser un antiseptique à base d'alcool pour se nettoyer les mains. L'eau et le savon ne sont nécessaires que lorsque vos mains sont visiblement sales et surtout après être allé aux toilettes.

Si vous utilisez un antiseptique à base d'alcool, assurez-vous de vous frotter les mains pendant 15 à 30 secondes jusqu'à ce que l'alcool soit sec, en veillant à couvrir toute la surface de vos mains et entre vos doigts.

Pour obtenir des renseignements sur la manière de vous laver les mains à l'eau et au savon, consultez le site [www.hygiènedesmains.ca](http://www.hygiènedesmains.ca)

### Autres conseils

Si vous toussiez, assurez-vous de le faire dans le pli de votre coude ou dans un papier-mouchoir, et de vous nettoyer ensuite les mains afin d'éviter de transmettre les microbes à d'autres personnes.

Si vous êtes atteint d'une infection, vous ne devriez pas rendre visite à une personne malade, peu importe l'endroit où elle reçoit des soins, par exemple dans un hôpital, à son domicile, etc.

Les patients qui occupent une chambre privée sont moins susceptibles de contracter des infections que ceux qui sont placés dans une chambre à plusieurs lits. Si un patient peut être placé dans une chambre individuelle, il sera mieux protégé contre l'infection.

Certains patients, ou leurs visiteurs nettoient l'espace environnant en essuyant les côtés de lit, le support pour intraveineuse ou la table de chevet à l'aide d'un désinfectant (la plupart des hôpitaux disposent de chiffons désinfectants à utiliser dans l'unité de soins). Même si on ignore dans quelle mesure ce nettoyage peut offrir une protection supplémentaire outre le programme d'entretien courant d'un hôpital, il peut contribuer à réduire le risque d'infection (assurez-vous de porter des gants pour éviter le contact direct du produit avec la peau).



## CONSEILS EN MATIÈRE D'HYGIÈNE DES MAINS À L'INTENTION DES PATIENTS, DES MEMBRES DE LA FAMILLE ET DES VISITEURS

Les membres de la famille et les visiteurs peuvent également transmettre des infections aux patients sans le savoir. Puisque les « superbactéries » et d'autres microbes peuvent vivre sur de nombreuses surfaces, il est très important que toute personne qui rend visite à un patient se nettoie les mains avant de le toucher et après l'avoir touché.

Puisque les « superbactéries » comme le C. Difficile se transmettent par un contact de la main à la bouche (lorsque les personnes les avalent), tous devraient aussi se nettoyer souvent les mains pendant la journée, surtout après être allé aux toilettes et avant de manger.

### Vous avez le droit d'obtenir des soins sécuritaires

Si vous craignez qu'un travailleur de la santé ait les mains sales lorsqu'il s'apprête à vous donner des soins, vous avez le droit de lui demander de se nettoyer les mains.

- Il n'est pas toujours facile de le faire et, malheureusement, certains travailleurs de la santé ne réagissent pas nécessairement bien à un rappel. Dans ce cas, le comportement du travailleur de la santé doit être signalé au superviseur. Les visiteurs peuvent parfois rappeler les pratiques exigées aux travailleurs de la santé lorsque les patients ont de la difficulté à le faire.

### Le nettoyage des mains

Peu importe l'endroit où vous recevez des soins, vous devriez prendre l'habitude de vous nettoyer les mains plusieurs fois par jour, particulièrement après avoir touché des objets qui ont été manipulés par de nombreuses personnes.

- Ce point est très important si vous avez un problème de santé chronique ou si votre système immunitaire est affaibli. Non seulement ce type de précaution vous empêchera-t-il de contracter une « superbactérie », mais il pourrait également réduire votre vulnérabilité aux infections respiratoires virales, par exemple le rhume et la grippe.

Pour obtenir de plus amples renseignements au sujet de l'hygiène des mains, vous pouvez consulter le site [www.hygiènedesmains.ca](http://www.hygiènedesmains.ca)



## COMMENT LES « SUPERBACTÉRIES » SE PROPAGENT-ELLES?

Les bactéries et les virus peuvent se transmettre de diverses façons d'une personne à l'autre en milieu hospitalier. Les « superbactéries » et la plupart des autres bactéries et virus se propagent généralement entre les patients par le biais d'appareils et de mains non désinfectés. Les « superbactéries » peuvent vivre pendant des mois en dehors de l'organisme et sur de l'équipement; ainsi, les rideaux, les tables de chevet et les téléphones, notamment, peuvent facilement être contaminés.

Les « superbactéries » peuvent également se propager en dehors des hôpitaux, dans des endroits comme les cliniques, les établissements de soins de longue durée, voire dans la collectivité (hors des milieux de soins). Par exemple, il s'est avéré que le SARM se transmet dans les centres de conditionnement physique. Dans ce type d'établissements, les « superbactéries » se propagent aussi par le contact avec des mains non nettoyées, des pièces d'équipement ou du mobilier.



## COMMENT LES INFECTIONS NOSOCOMIALES PEUVENT-ELLES ÊTRE ÉVITÉES?

Les travailleurs de la santé, les patients, les membres de la famille, les amis et les visiteurs ont tous un rôle à jouer dans la prévention des infections nosocomiales.



## HYGIÈNE DES MAINS

L'hygiène des mains est l'un des moyens les plus importants pour freiner la propagation des « superbactéries » et d'autres organismes. Il a été constaté que les travailleurs de la santé se nettoient les mains environ 40 % du nombre de fois qu'ils sont censés le faire. Compte tenu de la prise de conscience croissante envers les infections nosocomiales, ce pourcentage s'améliore, mais il n'est pas encore idéal.



## HYGIÈNE DES MAINS suite

Voici les quatre « moments » les plus propices au nettoyage des mains chez les travailleurs de la santé :

1. **AVANT un contact avec un patient ou avec l'environnement de ce dernier.** Les travailleurs de la santé devraient se nettoyer les mains juste avant de toucher un patient ou avant de rentrer dans son environnement si celui-ci se trouve dans une chambre ou un cubicule par exemple.
2. **AVANT d'effectuer une procédure, aseptique** notamment mettre en place un cathéter intravasculaire périphérique ou central, installer une sonde ou changer un pansement. Même si les travailleurs de la santé portent des gants pour effectuer ce type de procédures, il est également important qu'ils se nettoient les mains avant d'enfiler les gants, et de nouveau lorsqu'ils les enlèvent.
3. **APRÈS un contact avec un liquide organique.** Encore une fois, les travailleurs de la santé devraient porter des gants lorsqu'ils croient qu'ils pourraient toucher à des liquides organiques, et surtout ils devraient se nettoyer les mains avant d'enfiler les gants et après les avoir enlevés.
4. **APRÈS un contact avec un patient ou un contact avec l'environnement de ce dernier.** Lorsqu'un travailleur de la santé a fini de donner des soins à un patient et qu'il quitte son environnement, il doit se nettoyer les mains.

Les quatre moments propices au nettoyage des mains sont les mêmes en milieu hospitalier, à domicile, dans une clinique, partout où des patients reçoivent des soins.

