

La solution hydroalcoolique

La solution hydroalcoolique peut remplacer l'eau et le savon.

Elle peut se présenter sous forme de gel ou mousse. Toutefois, ce produit est efficace lorsque vos mains ne sont pas visiblement souillées et lorsqu'elles sont sèches.

- ◆ Versez un jet de solution, soit l'équivalent d'une pièce de 25 sous, dans la paume d'une main.
- ◆ Trempez les ongles des doigts de la main opposée dans la solution.
- ◆ Transférez la solution dans l'autre paume puis trempez les cinq autres ongles dans la solution.
- ◆ Frottez les mains paume contre paume. Assurez-vous de rejoindre toutes les surfaces des dix doigts, entre les doigts et sur le dessus des mains.
- ◆ Laissez sécher les mains complètement.



Service de prévention et contrôle des infections
Direction générale adjointe - Santé physique générale
et spécialisée, de l'enseignement et de la recherche

Communications - Mai 2023

Centre intégré
de santé
et de services sociaux
des Laurentides

Québec 

www.santelaurentides.gouv.qc.ca

PLUS DE 100 INSTALLATIONS
EN SANTÉ ET SERVICES SOCIAUX

LE CISS DES LAURENTIDES
complice de votre santé

L'hygiène des mains



Feuillet d'information à l'intention
des usagers et de leurs proches



Québec 

Saviez-vous que?

- ◆ Vous avez un rôle important à jouer pour prévenir la transmission des microbes dans les milieux de soins.
- ◆ Vous possédez des microbes qui n'appartiennent qu'à vous. Lorsque vous touchez des objets ou des personnes, vous contractez les microbes des autres qui pourraient vous rendre malade, ainsi que vos proches.
- ◆ Il existe une mesure de prévention simple, efficace et accessible à tout le monde : L'HYGIÈNE DES MAINS!

En effet, l'hygiène des mains avec une solution hydroalcoolique ou un savon régulier est suffisante pour éliminer ces nouveaux microbes.

En pratiquant l'hygiène des mains, vous vous protégez et vous protégez les autres.

Quand pratiquer l'hygiène des mains?

- ◆ Après être allé aux toilettes;
- ◆ Avant de manger;
- ◆ Après s'être mouché;
- ◆ Dès qu'elles sont sales;
- ◆ Lorsque vous sortez de votre chambre;
- ◆ En revenant à votre chambre.



Comment se laver les mains?

1. Mouillez les mains à l'eau tiède.



2. Faites mousser le savon. Lavez toutes les surfaces des mains et tous les doigts en frictionnant.



3. Lavez sous les ongles.



4. Rincez les mains à l'eau courante tiède.



5. Asséchez les mains en tapotant avec du papier à usage unique.



6. Fermez le robinet en utilisant un papier pour éviter à nouveau la contamination.

