

# POR • Contrôle des infections

## FORMATION ET PERFECTIONNEMENT SUR L'HYGIÈNE DES MAINS

### L'hygiène des mains

**Tout en étant la mesure la plus simple, l'hygiène des mains représente la pierre angulaire de la prévention des infections.** En effet, de nombreuses recherches démontrent que les mains demeurent le mode de transmission de microorganismes le plus important. Une hygiène des mains efficace et au bon moment permet de diminuer considérablement la probabilité de transmission et de la dissémination de microorganismes dans l'environnement.

### Prendre soins de ses mains

Saviez-vous que la solution hydroalcoolique est moins asséchante pour les mains. Prendre soin de ses mains est important afin de diminuer le risque d'irritation de la peau.

Voici quelques conseils pour prévenir l'irritation de la peau :

- Appliquer une crème hydratante ou barrière lors des pauses au travail et le soir à la maison.
- Porter des gants seulement lorsque requis.

Voici quelques conseils lorsque vous utilisez l'eau et le savon:

- Mouiller les mains avant d'appliquer le savon.
- Privilégier une eau tiède, car l'eau trop chaude ou trop froide favorise les dermatites.
- Bien rincer.
- Pour assécher vos mains : éponger les mains avec le papier
- Ne pas frotter les mains avec le papier.

### Comment en savoir plus sur l'hygiène des mains

Le service de prévention et contrôle des infections a mis à votre disposition plusieurs formations. Elles s'adressent aux travailleurs de la santé, aux bénévoles et aux visiteurs. Vous pouvez en tout temps les consulter sur la plateforme ENA et sur l'intranet.

Saviez-vous que plus de 20 formations ou courtes capsules vidéo traitent de différents sujets de prévention et contrôle des infections. Voici quelques exemples :

- Formation sur les pratiques de bases
- Formations sur les différentes techniques d'hygiène de mains
- Formation en prévention et contrôle des infections pour les bénévoles

### Porteur de la POR :

Isabelle Tremblay, Coordonnatrice du service de prévention et de contrôle des infections,  
514-252-3400 poste 3170

Version décembre 2023



Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de l'Est-de-  
l'Île-de-Montréal

Québec 