

## À quel moment se laver les mains ?



Après avoir emprunté les transports en commun



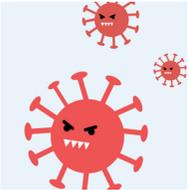
En arrivant sur le lieu de travail



En sortant des toilettes



Avant de cuisiner et de passer à table



Après s'être mouché, avoir toussé, éternué ou craché



Avant le port de gants et après avoir retiré les gants



Après avoir manipulé des poubelles, des ordures



Quand les mains sont souillées



Après avoir pris soin d'une personne malade, vulnérable

## La protection des mains

La peau peut être lésée par :

- **Des agents physiques** : perforation, coupure, abrasion
- **Des agents thermiques** : le froid ou le chaud
- **Des agents chimiques**
- **L'eau** : en cas de contact prolongé

## Pourquoi se protéger ?



Se protéger des agressions

De limiter les contacts avec les agents chimiques ou infectieux

## Quand porter des gants ?



Lors manipulation de produits chimiques



En cas de contact avec des agents biologiques

*Un gant perforé ou déchiré doit être jeté immédiatement*

Document conçu et réalisé par AMET Santé au Travail - Siret 7856569500020

# MES MAINS

# J'EN PRENDS SOIN

- MÉDICAL -

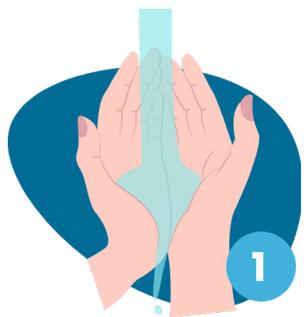


contact@amet.org

01 49 35 82 50



# Les étapes du lavage des mains



Mouillez vous les mains



Mettez du savon sur vos mains



Frottez vos mains pendant 30 secondes en insistant sur la paume des mains, le dos des mains, les poignets



N'oubliez pas de frictionner les espaces entre les doigts et les ongles



Rincez-vous les mains



Séchez vos mains à l'aide d'un essuie-main à usage unique si possible. Puis fermez le robinet avec le papier

## PENSEZ A RETIRER VOS BIJOUX ET MONTRES AVANT LE LAVAGE DES MAINS

Si vous n'avez pas de points d'eau ni de savon, vous pouvez utiliser du gel hydroalcoolique.

## Pourquoi se laver les mains ?

- **Limiter la propagation** d'infections
- **Réduire la transmission** manuportée des virus et des bactéries
- **Se protéger et protéger** les autres

*La combinaison du savonnage, de la friction et du rinçage permet l'élimination des micro-organismes.*

Certaines maladies infectieuses peuvent se transmettre par les projections lors de toux et d'éternuements mais aussi par le contact.

**Les mains sont le premier vecteur de contamination**, c'est pourquoi elles doivent être lavées de façon régulière. Les mesures d'hygiène présentées dans ce document permettent de limiter les risques de transmissions dans le cadre quotidien et celui du travail.

