

DES MAINS PROPRES PEUVENT SAUVER DES VIES



Vous êtes en bonnes mains. Avec ce slogan le service public fédéral de Santé, de sécurité de la chaîne alimentaire et l'environnement, avec la plate-forme pour l'hygiène dans les hôpitaux ont organisé cette année pour la cinquième fois leur campagne pour une hygiène correcte des mains. Ainsi on veut stimuler l'application d'une hygiène correcte des mains dans les établissements de soins, pour diminuer ainsi le nombre d'infections dans les hôpitaux et de sauver des vies humaines.

Quoiqu'on ne sache pas prévenir toutes les infections en donnant des soins, une partie importante peut être évitée grâce à des mesures adaptées. L'hygiène des mains est cruciale ici. La recherche a montré que les maladies d'infection et les virus se répandent le plus souvent par les mains. Riens de moins que trois quarts de toutes les infections sont transmises par les mains.

Surtout des gens qui sont déjà affaiblis et malades courent le risque d'attraper des infections par une hygiène défectueuse des mains. Parce qu'ils sont en contact avec les mains de leurs soigneurs. En plus ils ont souvent une résistance diminuée, par quoi leur corps peut lutter moins facilement contre les infections éventuelles. Aussi bien les risques que les conséquences sont plus grands pour des personnes affaiblies que pour des gens en bonne santé.

Tout de même l'hygiène des mains n'est pas seulement importante dans un environnement de soins. Tous les jours nos mains viennent en contact avec beaucoup de choses: de l'argent, des boutons de porte, un clavier, le bouton de l'ascenseur, la toilette, le chien,... La liste est infinie. Ainsi les bactéries arrivent sur nos mains et par nos mains elles se répandent sur tout ce que nous touchons. Aussi des virus comme le virus de la grippe peuvent se répandre par nos mains. Cependant, par les recherches il s'avère que beaucoup de gens négligent l'hygiène des mains. 31% des hommes et 17% des femmes ne se lavent pas les mains après avoir été à la toilette. Et 42% des gens ne le trouvent pas nécessaire après avoir touché un animal domestique. Plus que la moitié des gens ne se lave pas les mains avant les repas. Ainsi les bactéries entrent facilement dans notre nourriture et causent des gênes et de maladies diverses.

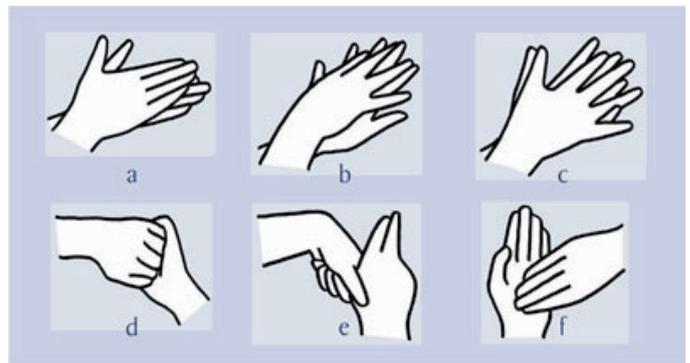
La plupart des gens ne sont pas, ou à peine, conscients de la relation entre un manque d'hygiène et des maladies liées à la nourriture. La nourriture peut être contaminée entre autres par nos mains contaminées. Si nous mangeons de la nourriture qui est contaminée de cette façon, les bactéries se déplacent à travers l'estomac jusqu'aux intestins. Là, elles s'attachent aux cellules de l'intérieur des intestins, elles commencent à se multiplier et elles peuvent causer des maladies.

Une bonne hygiène est la manière indiquée pour combattre la diffusion des bactéries. Donc, te lave-toi les mains avant (la préparation) des repas, après l'usage de la toilette, après avoir toussé, éternué et mouché et quand on a des mains sales.

Pense aussi à de te laver les mains quand tu as été à un endroit où il a beaucoup de gens, comme le transport public. Et n'oublie pas de laver les mains des enfants, régulièrement et à fond et de leur apprendre l'importance d'une bonne hygiène des mains.

La meilleure façon de te laver les mains est:

- te lave-toi les mains au moins pendant 15 secondes en-dessous de l'eau courante
- sers-toi de savon
- frotte le savon sur toute la main, aussi entre les doigts et en-dessous des ongles (voir dessin)
- rince bien tes mains
- sèche bien tes mains avec un essuie sec, propre ou avec un essuie jetable.



Des mains propres peuvent prévenir bien d'inconvénients et parfois même sauver des vies.

C'est un effort très petit avec un grand résultat !