

SE LAVER LES MAINS ?! MAIS QUELLE IDEE !

ETAT DES LIEUX



Environ **80% des maladies infectieuses** sont transmises par les mains.

En moyenne, nous nous touchons le visage avec nos mains **16 fois par heure**. C'est ainsi que les germes pénètrent dans notre corps par les muqueuses.

Lorsqu'une personne malade se mouche ou éternue, on retrouve dans ses mains entre dix mille et 1 million de virus.

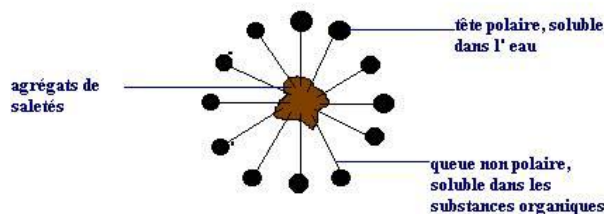
INTERET DU LAVAGE DE MAINS

Photographies de boîtes de pétri ayant subi la pose d'une main



- 1 - Culture en boîte de Pétri mettant en évidence les micro-organismes présents à la surface d'une main propre essuyée avec un torchon relativement propre.
 - 2 - Culture en boîte de Pétri mettant en évidence les micro-organismes présents à la surface d'une main propre essuyée avec un torchon sale.
 - 3 - Culture en boîte de Pétri mettant en évidence les micro-organismes présents à la surface d'une main propre ayant touché des poignées de portes.
- © Bertrand Nicolas/Inra

Le fait de se laver correctement les mains puis de se les essuyer avec un torchon propre ou du papier permet d'enlever par émulsion les bactéries, virus et saletés (emprisonnés dans la micelle = bulle).



CONSEQUENCES D'UN PROBLEME D'HYGIENE

Nos mains sont de vrais nids à bactéries. Selon des tests effectués en laboratoire, «on peut potentiellement transmettre de 100 000 à 100 millions de bactéries en serrant la main d'autrui», illustre le Pr Pittet. Un nombre qui atteint 1000 à 10000...milliards si les mains ont été en contact avec des selles.

Une étude de l'Université du Michigan est arrivée à des conclusions: seulement 5% des personnes se lavent les mains correctement. 3749 personnes ont été observées dans les toilettes publiques. Une sur dix ne se lave pas du tout les mains, environ un tiers n'utilise pas de savon.

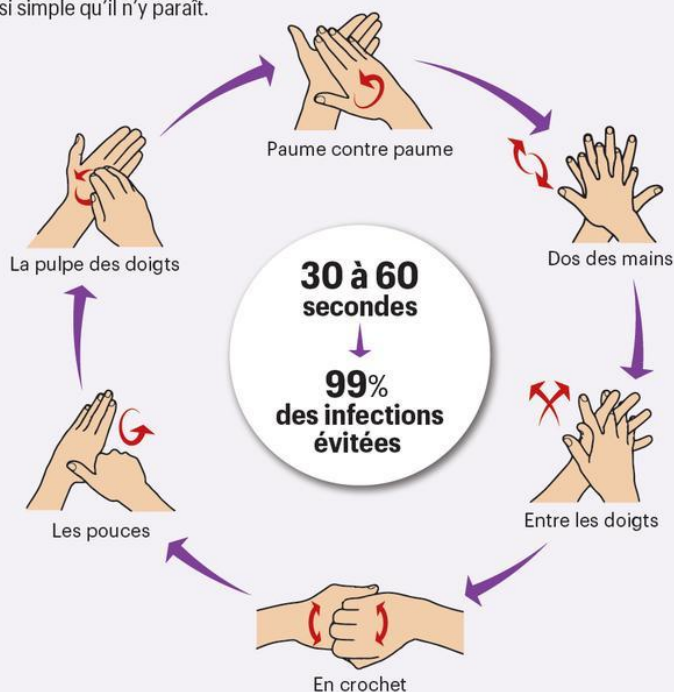
Nos mains, elles, sont un vecteur majeur de transmission. Elles véhiculent les micro-organismes de plusieurs manières: soit par contact direct (une poignée de main); soit par contact indirect, lorsqu'on touche un objet contaminé (un verre, une poignée de porte, un billet de banque, une serviette, par exemple). Elles peuvent aussi infecter par autocontamination, lors d'un contact des mains avec les yeux, la bouche ou le nez avec des mains souillées.

Il peut ainsi avoir transmission de micro-organismes comme le virus Influenza de la grippe, le rhinovirus responsable de rhume, le norovirus de la gastroentérite ou le Sars-Cov-2 de la COVID.

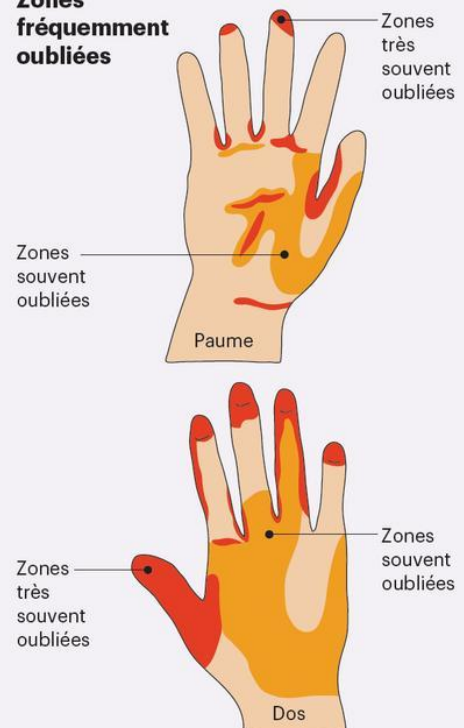
AVOIR UNE BONNE HYGIENE

La désinfection des mains par friction

On nous le dit assez souvent: les infections de toutes sortes passent par les mains. Se les nettoyer correctement n'est pourtant pas aussi simple qu'il n'y paraît.



Zones fréquemment oubliées



SOURCE: LMD

Les mains doivent être lavées régulièrement : après le passage aux toilettes, après un mouchage, avant de manger, en rentrant d'un lieu public (cinéma, transport...) et suivant le protocole scolaire !