

DES EXPERTS DU NETTOYAGE VOUS CONSEILLENT!

Depuis des siècles, on se soucie beaucoup de l'hygiène des mains. Depuis sa création en 1926, la Soap and Detergent Association a été un chef de file lorsqu'il s'est agi d'éduquer le public sur l'hygiène des mains et sur la façon dont celle-ci aide à prévenir les maladies. Selon l'Organisation mondiale de la santé, « l'hygiène des mains est la mesure par excellence à prendre pour réduire les infections ... »

Imaginez ce que serait la vie si nous ne nous lavions pas les mains ...**Lundi matin ...**

Vous prenez le train tôt pour vous rendre au travail. Recourir aux transports en commun, c'est un excellent moyen de rencontrer un tas de nouvelles personnes intéressantes, mais en ouvrant une porte ou en vous tenant à la rampe, vous risquez aussi d'entrer en contact avec bon nombre de leurs germes!

Vous arrivez au bureau ...

Quelle belle surprise! Le technicien de l'entreprise est en train d'installer votre nouveau logiciel de courriel! Mais, hélas, il a le rhume. Après avoir éternué et toussé quelques fois et après avoir tapé quelques caractères sur votre clavier, il vous le remet en disant : « S'il vous plaît, ouvrez votre session. » Au lieu d'avoir du courrier, vous avez des germes!

Plus tard, votre patron vous invite à déjeuner pour souligner votre belle promotion ...

Il éternue juste avant de vous serrer la main – Ce n'est plus la couleur des dollars qui danse dans votre tête, mais le spectre de la grippe!

Après le travail, vous vous rappelez d'aller acheter du poulet pour le souper ...

Vous vous arrêtez au marché local et saisissez la poignée du premier chariot que vous apercevez. Puis, squish! Vos mains sont couvertes de bave de bébé, laissée là par le « petit » client qui vous a précédé!

Vous avez des doutes au sujet du poulet que vous comptiez manger au souper?

Comme vous pouvez le voir, les germes ont toutes sortes d'occasions de se précipiter sur nous au moment où nous nous y attendons le moins. Toutefois, en se lavant les mains souvent et convenablement, on peut faire échec aux germes et aux maladies avant qu'ils causent leurs méfaits. Lisez plus loin pour savoir comment les produits nettoyants pour les mains peuvent vous aider!

PRODUITS

Les produits nettoyants pour les mains se présentent sous bien des formes, chacune ayant ses propres avantages. Recherchez les emballages pratiques, portatifs, réutilisables et d'emploi facile. Choisissez la forme qui vous convient le mieux.

- **Savons en pain:** Ils nettoient la peau en enlevant huiles et saleté.
- **Savons liquides ou moussants pour les mains :** Ils sont conçus pour nettoyer les mains avec une seule « dose ».
- **Désinfectants pour les mains :** Ils sont conçus pour tuer les germes sur les mains qui ne sont pas visiblement sales, sans qu'il soit nécessaire d'utiliser de l'eau ou une serviette.
- **Lingettes :** Elles sont conçues pour essuyer la saleté présente sur les mains.

Rappelez-vous de lire l'étiquette! L'étiquette peut contenir des renseignements sur les ingrédients, le bon mode d'emploi et d'autres détails utiles tels que la façon de communiquer avec le fabricant pour lui poser des questions.

INGRÉDIENTS

Il se peut que les ingrédients soient énumérés sur l'étiquette. Voici des ingrédients couramment employés dans de nombreux produits d'hygiène pour les mains. Tous les ingrédients ne se retrouvent pas dans tous les produits.

- **Agents nettoyants/Surfactants :** Ils soulèvent la saleté et aident à enlever les germes présents sur les mains.
- **Hydratants :** Ils rendent les mains douces et soyeuses.
- **Parfums :** Les consommateurs ont le choix entre diverses odeurs agréables.
- **Agents antibactériens et anti-germes :** Ils aident à tuer les germes susceptibles de causer les odeurs ou la maladie. Certains des agents les plus couramment employés sont :
 - le triclocarban – utilisé dans les savons en pain ou liquides;
 - le triclosan – utilisé dans les savons en pain ou liquides;
 - l'alcool – utilisé dans les désinfectants pour les mains et dans les lingettes;
 - le chlorure de benzalkonium – utilisé dans les désinfectants pour les mains et dans les lingettes;
 - le chlorure de benzéthonium – utilisé dans les désinfectants pour les mains et dans les lingettes.

LA SÉCURITÉ D'ABORD

- Lisez et suivez toujours le mode d'emploi avant de vous servir du produit.
- Évitez tout contact avec les yeux. Le cas échéant, lavez les yeux abondamment avec de l'eau.
- Les produits d'hygiène pour les mains sont pour usage externe seulement. Si vous en avez une quantité, obtenez une aide médicale, ou composez le numéro inscrit sur l'étiquette du produit, ou encore le 1 800-222-1222, numéro de la ligne d'urgence nationale sans frais du U.S. Poison Control Center. Pour repérer un centre provincial antipoison au Canada, consultez le site Internet <http://www.healthycleaning101.org/french/safety-f.html>.



MODE D'EMPLOI

Se laver les mains avec du savon et de l'eau du robinet :

- Mouillez-vous les mains avec de l'eau chaude courante – avant de prendre du savon (en pain ou liquide). Cette consigne vaut pour la plupart des produits, mais il faut appliquer certains savons moussants avant de se mouiller les mains. Suivez les directives énoncées sur l'étiquette pour utiliser la bonne quantité de produit.
- Éloignez les mains de l'eau courante, faites une mousse en vous frottant les mains ensemble.
- Veillez à laver la paume et le revers de la main, les espaces entre les doigts et autour des ongles et sous les ongles pendant au moins 15 secondes.
- Rincez les mains sous l'eau chaude courante.
- Essuyez les mains à fond avec une serviette de papier ou de tissu propre, ou à l'aide d'un séchoir à air chaud.

Voici certaines situations critiques où il faut se laver les mains :

- Avant et après les repas et les goûters.
- Avant et après la préparation des aliments, surtout s'il s'agit de viandes crues, de volaille ou de fruits de mer.
- Avant de s'occuper de jeunes enfants.
- Après être allé aux toilettes.
- Après avoir touché à un animal.
- Après avoir touché à une surface publique.
- Quand on a les mains sales.
- Quand on est malade ou que quelqu'un est malade non loin de soi.

Se laver les mains quand il n'est pas pratique d'utiliser du savon et de l'eau du robinet :

Désinfectants pour les mains :

- Utilisez une ou deux « doses » du produit.
- Frottez-vous les mains ensemble vigoureusement, y compris le revers et la paume, les espaces entre les doigts, autour des ongles et sous les ongles, jusqu'à ce que les mains soient sèches.

Lingettes :

- Essuyez toutes les surfaces des mains jusqu'à ce qu'elles soient visiblement propres.
- Utilisez plusieurs lingettes s'il le faut et jetez-les dans une poubelle appropriée.
- Laissez les mains sécher à l'air.

ÉLIMINATION

- Utilisez toute la quantité du produit.
- Certains produits d'hygiène pour les mains, tels que les savons liquides, sont présentés dans des contenants réutilisables.
- En général, on peut jeter les liquides dans l'évier.
- Jetez les savons en pain et les lingettes à la poubelle, et non dans la toilette.
- Quand vous jetez les contenants vides, vérifiez le symbole de recyclage qui y figurent et consultez le règlement local sur le recyclage.

LE NETTOYAGE INTELLIGENT : QUESTIONS FRÉQUEMMENT POSÉES

Q : *Quand dois-je utiliser un produit antibactérien plutôt que non antibactérien?*

R : Les savons antibactériens et les désinfectants pour les mains sont conçus pour offrir une protection supplémentaire en tuant les germes; il vaut donc mieux s'en servir dans les situations où la lutte contre les germes est primordiale, par exemple, quand on prépare des aliments, quand on est malade ou que quelqu'un d'autre l'est, ou quand on touche à des animaux ou qu'on nettoie leurs dégâts.

Q : *Les désinfectants pour les mains aident-ils vraiment à tuer les germes? Quand devrais-je m'en servir?*

R : Les désinfectants pour les mains sont des produits portatifs et d'emploi facile qui aident à tuer les germes sur les mains, mais ils ne sont pas conçus pour enlever la saleté ou la crasse. Ils sont particulièrement pratiques quand on ne dispose ni de savon ni d'eau.

Grâce à leur valeur pratique et à leur facilité d'emploi, les désinfectants instantanés pour les mains permettent à tout le monde de s'aseptiser les mains plus souvent tout au long de la journée. Plusieurs études¹ montrent que l'emploi des désinfectants pour les mains réduit l'absentéisme dû aux maladies dans les écoles et l'incidence des infections d'origine hospitalière.

Q : *Les savons, les désinfectants et les lingettes pour les mains sont-ils sûrs pour les enfants?*

R : Quand on les utilise conformément au mode d'emploi, les produits d'hygiène pour les mains sont sans danger pour les enfants. Rappelez-vous que, quand les enfants se servent de produits d'hygiène personnelle, il faut les surveiller. En outre, les adultes qui exercent cette surveillance doivent bien lire et suivre les directives avant de se servir des produits.

Q : *Pourquoi est-il important de se laver les mains et où puis-je me renseigner davantage sur cette question?*

R : Une des mesures les plus importantes à prendre pour enrayer la propagation des infections consiste à se laver les mains. Une étude récente² a montré que le simple fait de se laver les mains avec du savon peut réduire de plus de 50 p. 100 le nombre des infections associées à la pneumonie chez les enfants de moins de cinq ans. Pour trouver des documents pédagogiques, utilisez le programme Healthy Schools, Healthy People – It's a SNAP dans le site www.itsasnap.org et Le test des 15 secondes, dans le site www.healthycleaning101.org/french/hands-f.html.

Ouvrages de référence : 1 B. Hammond et coll., « Effect of hand sanitizer use on elementary school absenteeism », *American Journal of Infection Control*, Vol. 28, numéro 5, octobre 2000, p. 340–346.

J. Hilburn et coll., « Use of alcohol hand sanitizer as an infection control strategy in an acute care facility », *American Journal of Infection Control*, Vol. 31, numéro 2, avril 2003, p. 109–116. D.L. Dyer et coll., « Alcohol-free Instant Hand Sanitizer Reduces Elementary School Illness Absenteeism », *Family Medicine*, Vol. 32, no 9, octobre 2000, p. 633–638.

2 Didier Pittet, « Clean hands reduce the burden of disease », *The Lancet*, www.thelancet.com, Vol. 366, le 16 juillet 2005, p. 185–187.

La présente fiche d'information a été rédigée par le Comité d'éducation des consommateurs de la Soap and Detergent Association. Elle vise à renseigner les consommateurs et est offerte sans aucune garantie. On peut la reproduire totalement ou en partie sans permission, à condition de signaler qu'elle a été produite par la SDA.



The Soap and Detergent Association
SITE WEB: www.cleaning101.com



L'Association Canadienne
de la Savonnerie et de la Détergence
SITE WEB: www.healthycleaning101.org