

## LE LAVAGE DES MAINS des PARENTS et des ENFANTS

Le lavage des mains représente le meilleur moyen d'éviter la propagation des microbes.

### Pourquoi le lavage des mains est-il important ?

Se laver les mains et laver celles des enfants constituent le meilleur moyen d'enrayer la transmission des microbes. A peine avez-vous fini de vous laver les mains que vous recommencez à accumuler des microbes, en ouvrant des portes, en essuyant des visages, en manipulant les jouets des enfants et en changeant les couches.



Vous ne pouvez éviter de recueillir des microbes, mais vous pouvez réduire le risque qu'ils vous rendent malades ou qu'ils se transmettent à votre entourage en vous lavant les mains à certains moments particulièrement importants.

### Quand les parents devraient-ils se laver les mains ?

Avant et après certaines activités, lorsque le risque de transmission de microbes est élevé.

<b>Avant :</b>	<b>Après :</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>♦ de préparer de la nourriture ou d'en consommer</li><li>♦ de nourrir un bébé ou un enfant (les mères qui allaitent doivent aussi se laver les mains)</li><li>♦ d'administrer un médicament à un enfant</li><li>♦ de soigner une blessure</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>♦ avoir changé une couche</li><li>♦ avoir aidé un enfant à aller aux toilettes</li><li>♦ avoir mouché un nez</li><li>♦ être allé aux toilettes</li><li>♦ avoir pris soin d'un enfant malade</li><li>♦ avoir touché des animaux domestiques</li><li>♦ avoir nettoyé la cage ou la litière d'un animal</li></ul>

### Quand les enfants devraient-ils se laver les mains ?

<b>Avant :</b>	<b>Après :</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>♦ de manger ou de toucher à de la nourriture</li><li>♦ de jouer dans l'eau</li><li>♦ d'aller dormir</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>♦ avoir fait changer leur couche</li><li>♦ être allé aux toilettes</li><li>♦ avoir joué dehors ou dans le sable</li><li>♦ avoir joué avec des animaux.</li></ul>

## Quelles sont les étapes d'un bon lavage des mains ?

1. Mouiller les mains sous l'eau courante.



2. Frotter avec du savon en comptant jusqu'à cinq.



3. Rincer sous l'eau courante en comptant jusqu'à cinq.



4. Sécher avec une serviette propre.

## Comment les parents doivent-ils laver les mains de leur bébé ?

- ♦ Laver avec une serviette propre (de papier ou de tissu), imbibée d'eau tiède et de savon.
- ♦ Rincer avec une autre serviette propre, imbibée d'eau tiède.
- ♦ Bien sécher.

Cette information peut-être reproduite et partagée largement.

Elaboré d'après : Paediatr Child Health Vol 6 N° 1 p. 55-56 January 2002

Bye bye les microbes, vol. 1 -no 2 Décembre 1998 Le lavage des mains : simple mais efficace Sylvie Provost, DSP des Laurentides