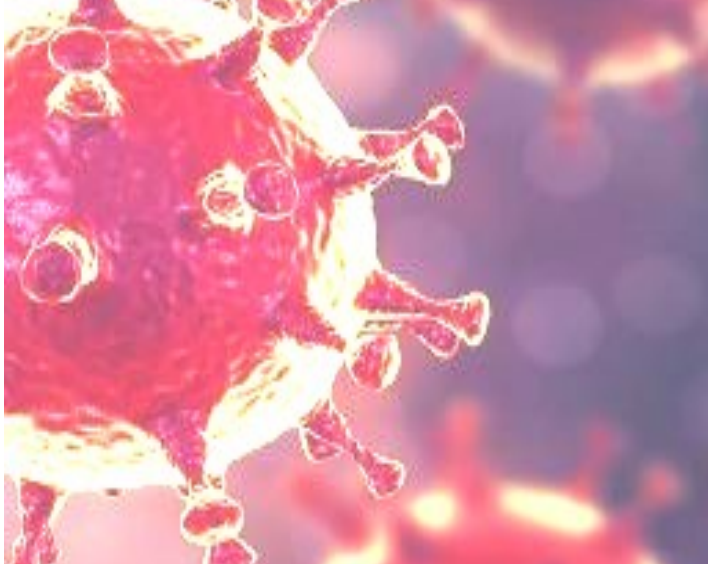


RECOMMANDATIONS POUR LES PROFESSIONNELS DE SANTE

Coronavirus COVID-19

Mars 2020



LES CONTRE-MESURES LIÉES
À LA PROTECTION INDIVIDUELLE

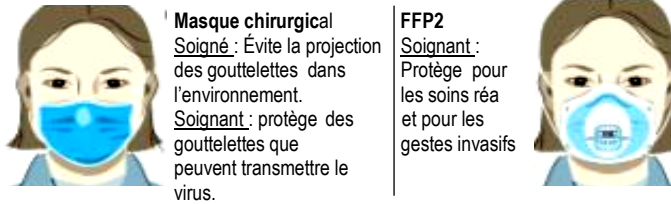
LAVAGE DES MAINS AU SAVON OU AU S.H.A



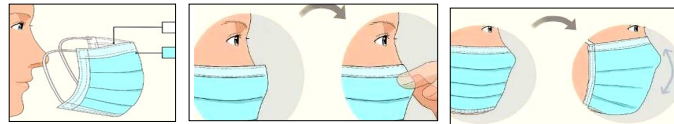
COMMENT ENLEVER DES GANTS



FAIRE LE BON CHOIX DU MASQUE DE PROTECTION



MASQUE CHIRURGICAL comment le mettre :



comment porter les différents masques :



Comment le retirer : Un masque se retire toujours par les élastiques si vous n'avez pas de gants autrement enlever la masque avec les gants par le devant du masque.

POUR TOUS LES MASQUES



- Voir notice du fabricant pour la durée d'efficacité
- Une fois le masque bien posé sur le visage, ne plus le toucher.
- Retirer le masque puis le jeter dans un sac DASRI, puis procéder à l'hygiène des mains
- Un masque humide ou qui gêne la respiration doit être changé
- Pour les masques FFP*, Une barbe (même naissante) réduit l'étanchéité du masque au visage et diminue son efficacité globale.

MASQUE FFP2 (comment le mettre)



- 1/ Mettre en place correctement le masque** - Placer les élastiques - Serrer le pince-nez - Bien l'emboîter sous le menton.
- 2/ Vérifier que le masque est bien ajusté** - Obtenir la surface filtrante avec les mains - Test d'étanchéité : prendre une inspiration profonde, le masque doit se rétracter puis souffler dans le masque, il doit pas y avoir d'air qui filtre autour des rebords du masque, autrement le réajuster.

COMMENT S'HABILLER ET SE DÉSHABILLER POUR LES GESTES DE RÉA ET INVASIFS



1 POUR TOUS,

LES GESTES BARRIÈRES AU QUOTIDIEN



GESTE 1 : SE LAVER LES MAINS OU LA SOLUTION HYDROALCOOLIQUE (SHA)



GESTE 2 : SE COUVRIR LE NEZ ET LA BOUCHE QUAND ON TOUSSE OU ÉTERNUE



GESTE 3 : SE MOUCHER DANS UN MOUCHOIR À USAGE UNIQUE



GESTE 4 : JETER LES MOUCHOIRS USAGÉS DANS UNE POUBELLE QUI FERME



GESTE 5 : CRACHER DANS UN MOUCHOIR OU DANS UNE POUBELLE,



GESTE 6 : ÉVITER DE SE TOUCHER LE VISAGE, EN PARTICULIER LE NEZ ET LA BOUCHE



GESTE 7 : ÉVITER LES POIGNÉES DE MAIN ET LES EMBRASSADES



GESTE 8 : ÉVITER LES CONTACTS PROCHES

2 MESURES BARRIÈRES A DOMICILE



GESTE 1: RESTER CHEZ SOI, LIMITER LES SORTIES,



GESTES BARRIÈRES 1



GESTE 2 : LIMITER LES CONTACTS DIRECTS ET INDIRECTS (VIA LES OBJETS) ;



GESTE 4 : NETTOYER RÉGULIÈREMENT LES SURFACES (DÉTERGENT PUIS A L'EAU DE JAVEL)



GESTE 5: PORTER UN MASQUE, NOTAMMENT LORSQU'ON EST EN CONTACT AVEC DES PERSONNES FRAGILES ET RESPECTER LA DISTANCE D' 1 MÈTRE.



GESTE 6 :CONTACTER LE MÉDECIN SI BESOIN DE TRAITEMENT ET D'UNE TÉLÉCONSULTATION



GESTE 7 : LAVER VOUS LES MAINS RÉGULIÈREMENT

CHOIX DE LA PIÈCE DU DOMICILE QUI SERA LE LIEU DE VIE OÙ IL FAUT :

- Se laver les mains 5 à 6 fois par jour avec du savon et/ou une solution hydroalcoolique, avant de sortir de la pièce.
 - Éviter de se toucher le visage.
 - Les repas doivent être pris dans la chambre, seul
 - Occuper son temps
 - Dormir.
 - Une pièce avec fenêtre donnant sur l'extérieur
 - Un point d'eau et des sanitaires inclus ou à proximité immédiate.
 - Si les toilettes et/ou sanitaires sont communs, les désinfecter avec solution javellisée.
 - Prévoir téléphone, radio ou télévision.
 - Prévoir une poubelle à fermer avant de la jeter.
 - Pièce si possible sans tapis ni moquette
 - Nettoyer les objets en contact avec les virus portés par les mains du malade.
 - Nettoyer plusieurs fois par jour les surfaces avec une lingette humide imprégnée de détergent puis d'eau de javel et nettoyer les sols avec un balais/serpillère ou à défaut un linge humide en cas de moquette (éviter l'aspirateur qui remet les particules virales en circulation dans l'air).
- 👉 Il est préférable que la personne en quarantaine, si elle est valide, se charge elle-même des tâches ménagères et de la désinfection itérative de la pièce lieu de confinement.