

Le lavage des mains

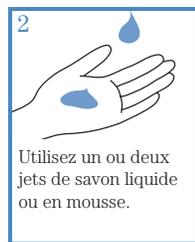
Pour vous laver les mains correctement, frottez-les entièrement, ainsi que les poignets, avec du savon et de l'eau ou un désinfectant pour les mains à base d'alcool. Lavez les mains pendant au moins 15 secondes. Portez une attention particulière au bout et à la base des doigts, au revers des mains et à la base des pouces.

- Veillez à ce que vos ongles soient courts.
- Enlevez montre, bagues et bracelets.
- Ne portez pas d'ongles artificiels.
- Évitez le vernis à ongles écaillé.
- Lavez-vous les poignets et les avant-bras s'ils sont susceptibles d'être contaminés.
- Roulez vos manches pendant le lavage pour éviter de les mouiller.

Pour toute question au sujet des coupures, des plaies, des allergies ou des affections cutanées, communiquez avec Télésanté Ontario au 1 866 797-0000, ATS 1 866 797-0007.

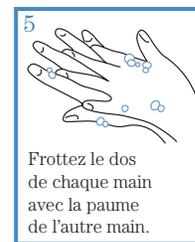
Le lavage des mains avec du savon et de l'eau

- 

1 Retirez vos bijoux et passez-vous les mains et les poignets sous l'eau chaude.
- 

2 Utilisez un ou deux jets de savon liquide ou en mousse.
- 

3 Faites mousser le savon en vous frottant soigneusement les mains, paume contre paume.
- 

4 Nettoyez parfaitement les doigts sans oublier la base.
- 

5 Frottez le dos de chaque main avec la paume de l'autre main.
- 

6 Frottez l'extrémité des doigts d'une main dans la paume de l'autre main.
- 

7 Frottez chaque pouce en resserrant la paume de l'autre main sur celui-ci.
- 

8 Frottez chaque poignet en resserrant l'autre main sur celui-ci.
- 

9 Rincez bien les parties savonnées sous l'eau du robinet.
- 

10 Asséchez vos mains avec un essuie-mains jetable.
- 

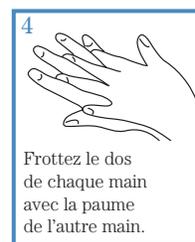
11 Fermez le robinet en utilisant le même essuie-mains.

Le lavage à l'aide d'un désinfectant à mains à base d'alcool

- 

1 Appliquez une bonne quantité de désinfectant dans chacune des paumes.
- 

2 Frottez-vous soigneusement les mains, paume contre paume.
- 

3 Nettoyez parfaitement les doigts sans oublier la base.
- 

4 Frottez le dos de chaque main avec la paume de l'autre main.
- 

5 Frottez l'extrémité des doigts d'une main dans la paume de l'autre main.
- 

6 Frottez chaque pouce en resserrant la paume de l'autre main sur celui-ci.
- 

7 Frottez chaque poignet en resserrant l'autre main sur celui-ci.
- 

8 Continuez à frotter jusqu'à ce que le désinfectant se soit évaporé. Ne vous servez pas d'un essuie-mains.