

L'hygiène des mains

Un geste simple et important... qui sauve des vies!

Dr Olivier Haeck, officier de prévention des infections

L'hygiène des mains est le moyen le plus efficace contre la transmission des infections. Ceci est prouvé par de nombreuses études. Les mains du personnel de santé sont le principal transporteur de germes nosocomiaux tels que le SARO (*Staphylococcus aureus* résistant à l'oxacilline), les ERV (Entérocoques résistants à la vancomycine) et le C. difficile (*Clostridium difficile*).

Au cours d'une journée, vos mains touchent à plusieurs objets qui peuvent avoir été contaminés par des virus et des bactéries. Lorsque vous portez vos mains à vos yeux, à votre nez ou à votre bouche, vous courez plus de risques d'attraper une infection comme la grippe, le rhume, la gastro-entérite ou pire.

Quand dois-je me laver les mains?

En milieu de soins, il est recommandé de se laver les mains :

AVANT un contact avec un usager **ou son environnement** (ex. avant d'entrer dans la chambre).

AVANT une intervention aseptique (ex. installation d'une sonde urinaire).

AVANT de préparer la médication et les aliments.

APRÈS un risque d'exposition avec des liquides biologiques (sang, selles, urine, sécrétions).

AVANT ET APRÈS le port de gants.

APRÈS un contact avec un usager **ou son environnement** (ex. à la sortie de la chambre).

La prévention en matière d'hygiène des mains coûte beaucoup moins cher que les traitements qui y sont associés. Aidez-nous à prévenir les infections en vous lavant les mains fréquemment!



SAVIEZ-VOUS QUE?

- Il y a moins de germes échangés dans un baiser que dans une poignée de mains.
- Les mains des travailleurs de la santé sont le plus important véhicule de transmission de microorganismes.
- Pas moins de 70 % des infections nosocomiales sont transmises par les mains du personnel soignant. Pourtant, ces infections sont en majorité évitables.
- **L'hygiène des mains avec la solution hydroalcoolique est plus simple, plus efficace, plus rapide et mieux tolérée que le lavage des mains avec de l'eau et du savon.** Sa supériorité a été prouvée. De plus, les ingrédients actifs qu'elle contient la rend **moins irritante à la longue que le savon**. Seule exception : le C. difficile. Si les mains sont visiblement souillées, il faut procéder à un lavage à l'eau et au savon, en raison de l'absence de pouvoir détergent des solutions hydroalcooliques.
- Le port de bijoux (bagues et bracelets) est associé à une plus forte contamination des mains. Évitez de les porter.

Campagne d'entraide 2015 : merci de votre générosité!

Danièle Dulude, présidente-directrice générale adjointe

Je tiens à offrir mes sincères remerciements aux membres du comité organisateur pour leur implication à la toute première campagne d'entraide du CISSS de Laval. Leurs efforts, leur dévouement et leurs bonnes idées auront permis d'amasser la somme de **8 306 \$**, ce qui est formidable.

La participation du comité organisateur, ainsi que celle de tous les employés qui ont contribué, permettra d'aider une vingtaine d'organismes lavallois à offrir leurs services à des personnes dans le besoin.

Au cours de cette campagne, les mots « générosité » et « solidarité » ont été à l'honneur. Et cet honneur, je vous l'adresse, il vous appartient en grande partie. Encore une fois, un merci très sincère à chacun de vous.



Merci aux membres du comité

Paula Beaudoin	Mélanie Laganière
Isabella Bitetto	Francine Prévost
Johanne Boutin	Diane Sabourin
Yvan Foucher	Yanina Tremblay

La Loto-Voyage de la Fondation Cité de la Santé est de retour!

Cette collecte de fonds est importante pour le CISSS de Laval, car 75 % du revenu net revient au service du personnel sous forme de projets spéciaux visant à améliorer la qualité de vie des usagers, à faire l'acquisition d'équipements médicaux ou pour de la formation et le développement des compétences du personnel.

Participez à la Loto-Voyage de la Fondation Cité de la Santé pour une bonne cause et courez la chance de vous évader dans le sud!



75 000 \$ en prix à gagner dont 9 crédits voyages et des lots en argent.

Remplissez le formulaire d'inscription en ligne sur notre Site Internet www.FondationCitedelaSante.com dans l'onglet « Activités ».

Nomination



Directeur de l'enseignement universitaire
Dr Christian Croteau

Pour plus de détails, nous vous invitons à consulter le communiqué de nomination du Dr Croteau sur l'intranet du CISSS de Laval.

Vaccination contre la grippe

Il est encore temps de vous faire vacciner!

Angélique Métra, chef du service Prévention et soutien à la gestion de la présence au travail, Direction des ressources humaines, des communications et des affaires juridiques

Bravo à celles et ceux qui ont déjà reçu le vaccin! La campagne de vaccination contre la grippe auprès des employés du CISSS de Laval se poursuit et il est toujours temps de vous faire vacciner!

Vous êtes invités à recevoir le vaccin le plus tôt possible, avant même que ne surviennent les premiers cas de grippe à Laval. Bien que la vaccination soit volontaire, elle demeure fortement recommandée pour tous les travailleurs de la santé.

Aidez-nous à augmenter notre taux de vaccination en vous faisant vacciner. Nous vous prions par la suite de transmettre votre preuve de vaccination afin que nous puissions la comptabiliser. Pour savoir à qui remettre cette preuve dans votre installation, consultez l'intranet du CISSS de Laval.

POUR CONNAÎTRE L'HORAIRE DE VACCINATION, VISITEZ L'INTRANET DU CISSS DE LAVAL À L'ADRESSE : <http://cisslaval.intranet.reg13.rtss.qc.ca>, section **Mes outils de travail**, rubrique **Vaccination contre la grippe**

Tournée Cocktail 2015 : un franc succès!

Louise Desfonds, travailleuse sociale, programme santé mentale et dépendance



Cela a été un plaisir de rencontrer et d'échanger avec les membres du personnel des quatre CLSC et de l'Hôpital de la Cité-de-la-Santé pendant la Semaine de la prévention des toxicomanies qui a eu lieu du 16 au 20 novembre 2015. À cette occasion, l'équipe de prévention des dépendances a fait découvrir et déguster des breuvages non alcoolisés. Nous avons également présenté les services offerts aux adultes ayant des problèmes reliés à leurs habitudes de consommation ou étant à risque d'en développer. Lors de cette tournée, nous avons retenu que vous souhaitez avoir accès à plus d'outils pour mieux évaluer les usagers que vous accompagnez.

La prévention de la dépendance, ça nous concerne tous. Constatant l'intérêt dont vous nous avez fait part, nous souhaitons étendre la tournée aux autres installations du CISSS de Laval lors d'une prochaine édition. Nous vous invitons donc à communiquer avec notre équipe afin de réfléchir ensemble et vous soutenir au meilleur de nos compétences dans vos questionnements et vos besoins relatifs à la dépendance. Pour toute question, n'hésitez pas à laisser un message sur la boîte vocale au 450 622-5110, poste 64760.



Une partie des membres de l'équipe de prévention des dépendances. De gauche à droite, Léontina Talmaceanu, Stéphane Chartrand, coordonnateur de l'équipe santé mentale et dépendances, Crystel Borduas, Nadine Dupuis, Carl Blondin, chef de service des services sociaux généraux, Carole St-Aubin, Louise Desfonds, Luisa Anoja, Annick Gagnon. (Absentes lors de la prise de la photo : Murielle Seitz, Christine Rioux, Annie Ayotte.)

Françoise Roy honorée pour son apport exceptionnel à la prévention du suicide



De gauche à droite : André Houle, ex-président de l'AQPS, Françoise Roy et Jérôme Gaudreault, directeur de l'AQPS. (Crédit photo : Association québécoise de prévention du suicide)

L'Association québécoise de prévention du suicide (AQPS) a remis le prix mérites Hommage 2014-2015 à madame Françoise Roy, chargée de projet en Transfert des savoirs en santé mentale au CISSS de Laval. Ce prix souligne ses 30 ans de carrière et sa contribution exceptionnelle dans le développement de la prévention du suicide. Le prix a été remis à madame Roy en marge du Congrès mondial de l'Association internationale pour la prévention du suicide, à Montréal.

L'expertise de madame Françoise Roy est largement reconnue. Celle-ci a œuvré auprès de différentes organisations publiques et communautaires afin d'assurer le développement des compétences des intervenants et des formateurs en prévention du suicide.

Coauteure de la formation Intervenir auprès de la personne suicidaire à l'aide de bonnes pratiques, ainsi que du Programme de postvention en milieu scolaire, elle est à la base de l'implantation des réseaux de sentinelles au Québec. Madame Françoise Roy a notamment partagé sa riche expertise en Belgique et en Guyane française. Elle s'est de plus intéressée de près au traitement médiatique accordé au suicide et a contribué à faire changer les mentalités à cet égard.

Association canadienne pour la prévention du suicide

Françoise Roy a également reçu récemment le prestigieux Prix de service de l'Association canadienne pour la prévention du suicide (ACPS) pour son engagement pour la cause, son apport exceptionnel au développement des connaissances et la transmission de ces dernières, et pour l'ensemble de ses actions au profit des personnes vulnérables. Ce prix est remis à des personnes qui font preuve d'un remarquable leadership en matière de prévention du suicide, d'intervention ou de postvention, à l'échelle communautaire, régionale ou nationale au Canada. Les lauréats ont participé à la prestation ou au développement des services ou à la défense de la cause de façon à réduire le nombre de suicides ou les conséquences néfastes qui s'y rattachent.

Source : L'Association québécoise de prévention du suicide

Grippe et gastro-entérite

Attention! Ces infections pourraient s'inviter chez vous durant la période des Fêtes!

D^{re} Lyne Judd, médecin conseil, équipe des maladies infectieuses, Direction de santé publique

Le temps des Fêtes est un moment propice aux rapprochements de toutes sortes. Plusieurs virus en profitent pour se propager. Il faut anticiper un nombre accru de cas de rhume, de grippe et de gastro-entérites durant cette période de festivités. Faites attention et ne laissez pas ces virus s'inviter chez vous!

On pense au vaccin en premier...

L'organisme prend environ deux semaines pour développer une immunité après une vaccination contre la grippe. Soyez donc prêts avant la période des Fêtes. Si ce n'est déjà fait, n'attendez plus et faites-vous vacciner dès maintenant! Ainsi, vous contribuerez à mieux protéger les enfants, les personnes âgées ainsi que les personnes à risque élevé de complications qui font partie de votre entourage. Du coup, vous protégerez également le personnel et les patients que vous côtoyez. Sans être parfait, le vaccin demeure encore le meilleur moyen de se protéger contre les virus de l'Influenza. Il est à prévoir que le vaccin sera plus efficace en 2015-2016 que l'an dernier car il contient des souches différentes de celles employées pour les vaccins précédents et semble correspondre aux souches circulantes, du moins pour l'instant.

Quelques mesures d'hygiène préventives complémentaires

Par de petits gestes, contribuons à réduire la transmission des virus durant le temps des Fêtes. Les personnes qui présentent les symptômes du rhume, de la grippe ou de la gastro-entérite devraient éviter de participer aux activités regroupant plusieurs personnes (partys, rencontres familiales ou autres) afin de réduire la transmission des virus aux personnes les plus vulnérables. Les travailleurs de la santé touchés par la grippe ou la gastro-entérite devraient s'abstenir de travailler pendant au moins cinq jours après le début de la grippe et 48 heures après la fin des symptômes de gastro-entérite.

Les prochains numéros du bulletin *Le Lien*

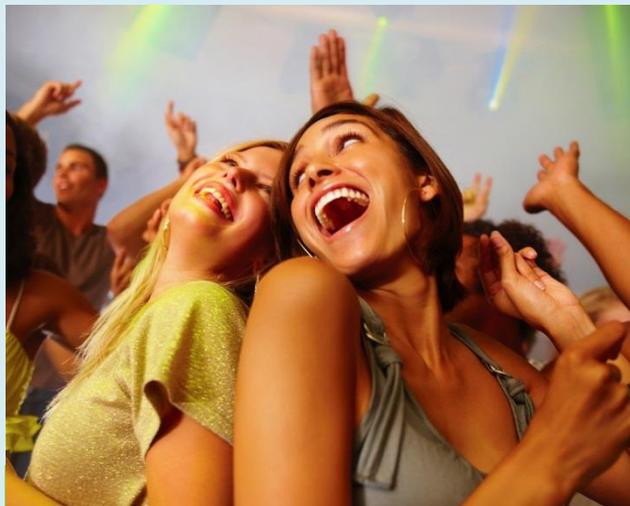
- Parution du vendredi 18 décembre 2015 : date de tombée le vendredi 4 décembre à midi.
- Parution du vendredi 22 janvier 2016 : date de tombée le lundi 11 janvier à midi.

Envoyez vos textes, maximum de 250 mots avec, si possible, une photo de bonne qualité en format JPG par courriel à : communications.cissslaval@ssss.gouv.qc.ca. Vous avez des questions? Communiquez avec Charline Laplante : 450 978-8300, option 1, poste 8225.

Le bulletin *Le Lien* est une réalisation de la Direction des ressources humaines, des communications et des affaires juridiques. Merci à toutes les personnes qui ont contribué à la réalisation et à la diffusion de ce numéro.

N.B. : Une version PDF du bulletin *Le Lien* est disponible sur [l'intranet régional](#) : cissslaval.intranet.reg13.rtss.qc.ca

ISSN 2369-5307 (Imprimé)
ISSN 2369-5315 (En ligne)



Des mesures d'hygiène de base devraient être appliquées :

- Se laver fréquemment les mains (eau et savon ou solution hydroalcoolique).
- Tousser ou éternuer dans le pli du coude plutôt que dans la main.
- Désinfecter les surfaces touchées fréquemment (incluant les toilettes) avec des produits usuels si quelqu'un présente des symptômes de la grippe. L'environnement d'une personne atteinte de gastro-entérite devrait être nettoyé fréquemment puis désinfecté à l'aide d'une solution d'eau de Javel.

Soyons proactifs en évitant la propagation des virus durant les Fêtes. Tout le monde pourra ainsi mieux profiter de cette période de réjouissances.

Centre intégré
de santé
et de services sociaux
de Laval

Québec

