

BYE-BYE



LES

MICROBES



Vol. 1 - No 2

Décembre 1998

[Index des parutions
par numéro ou
par sujet](#)

Pour être informé de
la publication de *Bye-
Bye les microbes*,
[abonnez-vous](#)



Table des matières

Article 1 :

[Le lavage des mains : simple mais efficace](#)



Article 2 :

[Après les rhumes, les gastro-entérites!](#)



[La boîte aux lettres](#)

[La boîte à outils](#)

[Références](#)



Québec 

© Gouvernement du Québec, 2003



Table des matières

Le lavage des mains : simple mais efficace

Après les rhumes, les gastro-entérites!

La boîte aux lettres

La boîte à outils

Références

Index des parutions par numéro ou par sujet

Pour être informé de la publication de *Bye-Bye les microbes*, [abonnez-vous](#)



Le lavage des mains : simple mais efficace

Par Sylvie Provost, DSP des Laurentides

Combien de fois par jour les enfants de votre service de garde se lavent-ils les mains? Et vous-même? Quand devrait-on se laver les mains? Comment doit-on se laver les mains? Existe-t-il un « mode d'emploi » du lavage des mains? Autant de questions auxquelles nous allons répondre car, même si ce peut être difficile à croire, un geste aussi simple que le lavage des mains est d'une importance capitale dans la lutte contre les maladies infectieuses.

On « oublie » souvent de se laver les mains parce qu'on est ... trop occupé. Mais saviez-vous que des microbes peuvent survivre sur nos mains pendant de nombreuses minutes et parfois même des heures? C'est le cas, notamment, des virus qui causent les rhumes, les gastro-entérites, l'herpès (feu sauvage), l'impétigo...



Nos mains jouent donc un grand rôle dans la transmission des infections. Ceci est encore plus vrai en service de garde, où de nombreux enfants vivent dans un même espace et partagent jeux et jouets. Des études scientifiques ont montré que le lavage régulier des mains en service de garde peut y diminuer la fréquence des diarrhées d'au moins 50%. Il est par conséquent très important d'enseigner aux enfants, et même aux tout-petits, à se laver les mains souvent et comme il faut!

Mais quelle est la bonne façon de se laver les mains sans y passer la journée ... puisque nous sommes tous très occupés? À la maison comme au service de garde, le lavage des mains n'a pas à être aussi long et méticuleux que celui du chirurgien qui entre en salle d'opération. Mais pour que le lavage élimine les microbes avec lesquels on a pu être en contact, il faut quand même y consacrer au moins 15 à 30 secondes. Si nos mains sont visiblement sales, on devrait ajouter 30 secondes.

La « recette » du lavage des mains

Pour être efficace et ne pas oublier un « petit coin », voici les étapes qui sont

recommandées pour le lavage des mains.

1. Enlever ses bijoux (bagues), etc.



2. Se mouiller les mains sous l'eau courante.



3. S'enduire les mains de savon.

4. Faire des mouvements de friction et de rotation, en appliquant une pression ferme entre les deux paumes et entre la paume et le dos de chaque main.



5. Entrelacer les doigts des deux mains ainsi que les pouces, pour bien nettoyer les espaces entre les doigts.



6. Frotter le bout des doigts et les poignets.

7. Bien rincer à l'eau courante.



8. Bien essuyer avec une serviette propre. Au service de garde, on recommande d'utiliser des serviettes de papier.



9. Afin de ne pas contaminer de nouveau nos mains en fermant le robinet, utiliser la serviette de papier pour le fermer.

10. Jeter la serviette de papier à la poubelle.

Savoir comment se laver les mains, c'est bien! Mais ce n'est pas tout. Il faut aussi se le rappeler souvent.

Quand se laver les mains?		
	Avant	Après
Arriver à la maison ou à la garderie		X
Préparer des aliments	X	X
Manger	X	X
Aller à la toilette ou aider un enfant à y aller		X
Changer une couche		X
Se moucher ou moucher un enfant		X
Préparer ou administrer un médicament	X	X
Tousser ou éternuer		X
Toucher un animal		X
Toucher une surface sale ou du matériel souillé		X
Jouer dehors		X


Et, bien sûr, il ne faut pas oublier de laver nos mains chaque fois qu'elles nous semblent souillées.

Et avec quoi devrait-on se laver les mains?

Au service de garde, l'utilisation du savon liquide en distributeur est recommandé. À la maison, le lavage des mains avec du savon ordinaire sous l'eau courante sera tout aussi efficace pour éliminer les microbes.

**Saviez-vous que.....
le meilleur savon est celui qu'on utilise?**



Québec 

© Gouvernement du Québec, 2003

BYE-BYE LES MICROBES !

Vol. 1 - No 2

Décembre 1998

Table des matières

Le lavage des mains :
simple mais efficace

**Après les rhumes,
les gastro-entérites!**

La boîte aux lettres

La boîte à outils

Références

Index des parutions
par numéro ou
par sujet

Pour être informé de
la publication de *Bye-
Bye les microbes*,
[abonnez-vous](#)



Après les rhumes, les gastro-entérites!

Par Marc Lebel, Centre hospitalier Sainte-Justine

La gastro-entérite, une inflammation de la membrane qui tapisse l'estomac et l'intestin, est un problème de santé généralement bénin provoqué par des microbes ou par des produits toxiques des microbes. Les jeunes enfants, particulièrement ceux qui fréquentent les services de garde, sont très exposés aux gastro-entérites. **La diarrhée, une des manifestations de la gastro-entérite, constitue d'ailleurs le problème de santé le plus courant en service de garde, après les infections des voies respiratoires supérieures telles que le rhume.**

Le terme « gastro-entérite » est vague car il englobe une série d'infections dont la cause spécifique reste souvent inconnue. Pour être plus précis, il faut identifier l'agent responsable. Par exemple, une gastro-entérite causée par un microbe appelé *Salmonella* est une salmonellose.

Les microbes qui provoquent la gastro-entérite sont excrétés principalement par les selles des personnes infectées. Peu importe le microbe qui cause la maladie, le risque de transmission augmente lorsque les selles sont liquides et fréquentes et, en particulier, lors du changement de couche d'un enfant atteint de diarrhée. La transmission se fait par les mains ou par l'ingestion d'aliments contaminés par des traces de selles des personnes infectées.

Définitions

Diarrhée : nombre de selles au moins deux fois plus élevé que la fréquence habituelle ou selles qui deviennent liquides ou semi-liquides.

Diarrhée épidémique en service de garde : deux cas ou plus de diarrhée dans un même groupe d'enfants à l'intérieur d'une période de 48 heures.

Gastro-entérite : diarrhée accompagnée de nausées et de vomissements.

Comment reconnaître la gastro-entérite et ses complications

Les manifestations courantes de la gastro-entérite sont les nausées, les vomissements, les douleurs et crampes abdominales, la diarrhée et, dans certains cas, la fièvre qui peut varier de légère à élevée. La maladie peut durer

de quelques heures à quelques jours ou quelques semaines. L'importance des symptômes varie, notamment, selon le microbe responsable. Ainsi, le *rotavirus* peut causer une gastro-entérite majeure caractérisée par des diarrhées liquides, des vomissements importants et de la fièvre.

Les gastro-entérites virales sont particulièrement fréquentes en hiver. Celles causées par des bactéries se présentent en tout temps. Ces dernières peuvent aussi être très graves et être accompagnées de crampes abdominales importantes, de diarrhées avec présence de sang, de mucus et de pus dans les selles ainsi que de fièvre. Par contre, la giardiose, une gastro-entérite causée par le parasite appelé *Giardia lamblia*, passe souvent inaperçue, bien qu'elle puisse aussi être associée à une grande variété de symptômes.

Parfois, certaines complications peuvent survenir. Les plus fréquentes sont la déshydratation et la perte de poids. Dans les cas les plus graves, elles peuvent nécessiter une hospitalisation, en particulier chez les bébés. La gastro-entérite causée par la bactérie *E. coli* O157 H7, mieux connue sous le nom de « maladie du hamburger », peut aussi provoquer des complications sérieuses (anémie, dysfonctionnement des reins).

Traitement et mesures de contrôle

Le traitement vise essentiellement à prévenir et corriger la déshydratation. Il existe des solutions, disponibles en vente libre, qui aideront à réhydrater rapidement (ex.: Pédialyte®, Lytren®, Oralyte®). Ces solutions contiennent des quantités équilibrées d'eau, de sucre et de sels minéraux. Les médicaments antidiarrhéiques (ex. : Imodium®, Pepto-Bismol®) **sont contre-indiqués.**



Il est souvent nécessaire d'exclure l'enfant du service de garde (voir l'encadré). L'enfant exclu devrait être vu par un médecin qui décidera si des cultures de selles doivent être faites, si un traitement spécifique est indiqué et s'il peut revenir au service de garde. En cas d'épidémie, les autorités de santé publique pourront faire enquête et suggérer certaines mesures supplémentaires pour enrayer la contagion.

Critères d'exclusion d'un enfant atteint de gastro-entérite

L'enfant devrait être exclu de la garderie et dirigé vers un médecin :

- s'il est trop malade pour participer aux activités quotidiennes;
- s'il est déshydraté;
- s'il présente de fréquents vomissements;
- si ses selles sont trop abondantes pour être contenues dans sa couche;
- s'il y a présence de mucus ou de sang dans ses selles;
- s'il fait de la fièvre (température égale ou supérieure à 38°C ou 100,4 °F).

La présence d'enfants atteints de diarrhée dans un service de garde doit inciter les responsables à renforcer les mesures d'hygiène, particulièrement le lavage des mains. On devrait aussi en profiter pour réviser la technique de changement de couche. Par ailleurs, étant donné que certains microbes peuvent survivre jusqu'à plusieurs semaines sur les sols et sur les objets, il pourrait être nécessaire de désinfecter plus souvent le matériel utilisé au service de garde, en particulier les jouets. Finalement, il faut toujours maintenir une attitude vigilante face à la diarrhée car l'observation constitue la base du contrôle.

Protocole pour l'administration de solutions orales d'hydratation

Un *Protocole pour l'administration de solutions orales d'hydratation* a été développé par le Ministère de l'Emploi, de la Solidarité sociale et de la Famille avec l'Association des pédiatres du Québec. Ce protocole devrait être appliqué lorsque les symptômes débutent au service de garde et si les parents l'ont signé. Il définit les règles selon lesquelles des solutions d'hydratation commerciales peuvent être administrées dans un service de garde à l'enfance. Pour l'obtenir, on communique avec le Ministère de l'Emploi, de la Solidarité sociale et de la Famille au (514) 873-2323 (région de Montréal) ou au 1 800 363-0310 (ailleurs au Québec).





Table des matières

Le lavage des mains :
simple mais efficace

Après les rhumes, les
gastro-entérites!

La boîte aux lettres

La boîte à outils

Références

Index des parutions
par numéro ou
par sujet

Pour être informé de
la publication de *Bye-
Bye les microbes*,
[abonnez-vous](#)



Doit-on porter des gants dans un service de garde?

Par Ramona Rodrigues, Hôpital pour enfants de Montréal Julio C.Soto, DSP de Montréal-Centre

Le bon vieux lavage des mains suffit habituellement pour bien nous protéger des infections. Cependant, il y a des circonstances particulières où le personnel éducateur devrait avoir accès à des gants comme mesure de protection supplémentaire. Ainsi, le port de gants est recommandé lors d'interventions qui peuvent comporter un contact direct avec **une peau blessée, avec du sang ou encore avec des matières hautement infectieuses** telles que des selles diarrhéiques.

On doit toujours jeter les gants après usage et ne jamais les laver ou les désinfecter. Par ailleurs, **il faut toujours se laver les mains chaque fois que l'on retire ses gants.**

Les fabricants produisent des gants à usage industriel ou médical. En service de garde, seuls les gants à usage médical, jetables et non stériles devraient être utilisés. Ces gants, faits de latex, de vinyle de nitrile, de Néoprène, de copolymère ou de polyéthylène, offrent une barrière adéquate contre tous les microbes nuisibles. En raison du bon rapport efficacité/prix, les gants de latex sont les plus populaires. Ils peuvent cependant induire des allergies chez certaines personnes sensibles. Nous aborderons ce sujet dans un prochain numéro.

Cytomégalovirus, éducatrice enceinte et retrait préventif

Par Julio C.Soto, DSP de Montréal-Centre

Le cytomégalovirus (CMV) est un virus de la même famille que celui de l'herpès. Malgré sa fréquence (on peut détecter le virus dans les urines de 7 enfants sur 10 âgés de moins de trois ans) les infections contractées après la naissance sont rarement graves. Cependant, le CMV peut provoquer des complications majeures chez les bébés à naître. La situation la plus risquée pour le fœtus serait une éducatrice enceinte qui n'a pas d'anticorps contre le CMV (selon un test sanguin) et qui offre des soins directs à des enfants âgés



de moins de trois ans.

Au Québec, la loi stipule qu'un retrait préventif doit être envisagé s'il est impossible d'affecter la travailleuse enceinte à des tâches ne comportant pas de dangers pour le bébé à naître. Dans cette situation, on devrait retirer du milieu de garde l'éducatrice enceinte qui, en raison de son travail, serait en contact étroit (offre des soins directs incluant le changement de couche ou l'assistance aux toilettes) avec des enfants âgés de moins de quatre ans ou qui, en raison d'un handicap, ne sont pas autonomes. Actuellement, la décision de recommander le retrait préventif est prise indépendamment de la présence d'anticorps contre le CMV chez l'éducatrice enceinte.

Toutefois, il ne faut pas oublier que le retrait préventif ou l'affectation à d'autres tâches ne sont que des moyens légaux de prévention et qu'il est difficile de couper tout contact avec le CMV durant toute la grossesse. Une prévention efficace est possible par l'application en tout temps, d'une façon appropriée et régulière, des mesures d'hygiène de base (lavage des mains, des objets et des surfaces en contact avec les liquides biologiques).



© Gouvernement du Québec, 2003



Table des matières

Le lavage des mains :
simple mais efficace

Après les rhumes, les
gastro-entérites!

La boîte aux lettres

La boîte à outils

Références

Index des parutions
par numéro ou
par sujet

Pour être informé de
la publication de *Bye-
Bye les microbes*,
[abonnez-vous](#)



Bye-bye les microbes !



Des «faux microbes» lumineux!

Par Julio C.Soto, DSP de Montréal-Centre



Pour nous aider à enseigner aux enfants une bonne technique de lavage des mains et à évaluer le lavage, il existe des produits à base d'huile ou de poudre qui contiennent des petites billes microscopiques de plastique qui ont la particularité d'être fluorescentes sous une lumière spéciale. Au Québec, quelques services de garde utilisent déjà ces «faux microbes» lumineux.

Le mode d'emploi est fort simple. On applique d'abord quelques gouttes d'huile sur les mains, comme on le fait avec une lotion pour les mains, et on répand ainsi les «faux microbes» sur la peau. Ensuite, on se lave les mains. Enfin, on vérifie l'efficacité du lavage en utilisant la lampe, de préférence dans un endroit sombre, pour voir si les «faux microbes» lumineux ont tous été éliminés lors du lavage. La poudre est utilisée pour évaluer le nettoyage ou le lavage des surfaces et des objets.

Selon l'information fournie par les fabricants, ces produits, commercialisés sous les noms de *Glo Germ* et *GlitterBug*, ne contiennent aucun élément nocif. Utilisés et entreposés de façon adéquate, ils ne devraient pas représenter un danger pour la santé des adultes ou des enfants.

Les ensembles de base comprennent l'huile, la poudre et la lampe. Ils coûtent entre 50 \$US (*GlitterBug*) et 62 \$US (*Glo Germ*) lorsqu'ils sont achetés aux États-Unis. La trousse *Glo Germ* est aussi disponible au Canada au coût de 80 \$. Dans tous les cas, les taxes et les frais de transport sont en supplément.

**Voici les
coordonnées :**

Glo Germ

P.O. Box 537,
Moab, Utah 84532,
États-Unis
Téléphone :
1 800 842-6622 (sans frais)
Télécopieur : (435) 259-5930
Site Internet :
<http://www.glogerm.com/>

Glo Germ (Canada) Marlatek Inc.

600 Laurier Blvd, Brockville
(ON) K6V 6B3
Téléphone : (613) 342-8561
Télécopieur : (613) 342-5279

GlitterBug Brevis Corporation

3310 South, 2700 East,
Salt Lake City, Utah 84109,
États-Unis
Téléphone : (801) 466-6677 ou
1 800 383-3377 (sans frais)
Télécopieur : (801) 485-2844
Site Internet :
<http://www.brevis.com/>

*Emploi,
Solidarité sociale
et Famille*

Québec 



Table des matières

Le lavage des mains :
simple mais efficace

Après les rhumes, les
gastro-entérites!

La boîte aux lettres

La boîte à outils

Références

Index des parutions
par numéro ou
par sujet

Pour être informé de
la publication de *Bye-
Bye les microbes*,
[abonnez-vous](#)



Bye-bye les microbes !



Références

Bulletin trimestriel publié en mars, juin, septembre et décembre.

Rédaction

Comité de prévention des infections dans les centres de la petite enfance du Québec

- Élizabeth Bisson, Inf., DSP Mauricie-Centre
- Pierre Déry, M.D., FRCP., CHUQ (Pavillon CHUL)
- Marie-Patricia Gagné, Ph. D., Ministère de l'Emploi, de la Solidarité sociale et de la Famille
- Theresa Gyorkos, Ph. D., Université McGill, OMS
- Diane Lambert, M.D., DSP de Laval
- Marc Lebel, M.D., FRCP, Centre hospitalier Sainte-Justine
- Ramona Rodrigues, Inf., M. Sc. A., CIC, Hôpital pour enfants de Montréal
- Suzette Rousseau, Inf., Association des CLSC et CHSLD
- Julio C. Soto, M.D., Ph. D, DSP de Montréal-Centre, Président
- Louise Thibault-Paquin, Inf., ministère de la Santé et des Services sociaux

Avec la collaboration de

- Jean-Claude Dionne, M.Sc., IRSST
- Alejandra Irace-Cima, M.Sc., DSP de Laval
- Sylvie Provost, M.D., DSP des Laurentides

Révision linguistique, production et diffusion

Direction des communications
Ministère de l'Emploi, de la Solidarité sociale et de la Famille

Le contenu de ce bulletin est également disponible dans le site Internet du Ministère de l'Emploi, de la Solidarité sociale et de la Famille :

<http://www.mfe.gouv.qc.ca>

La Boîte à lettres

Faire parvenir toute correspondance à

Mme Marie-Patricia Gagné
Ministère de l'Emploi, de la Solidarité sociale et de la Famille
600, rue Fullum
Montréal (Québec) H2K 4S7

Télécopieur : (514) 864-2170

Courriel : marie-patricia.gagne@MESSF.gouv.qc.ca

Dépôt légal – 2002
Bibliothèque nationale du Québec
Bibliothèque nationale du Canada
ISSN : 1481-4471

*Emploi,
Solidarité sociale
et Famille*

Québec 