

# BYE-BYE



# LES



# MICROBES



Vol. 7 - No 2

Juillet 2004

## Table des matières

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

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



### Éditorial :

[Les immortels](#)



### Article 1 :

[Le lavage des mains sans eau en service  
de garde](#)



### Article 2:

[La varicelle : de l'eau, du savon et des  
« picots »](#)



### La boîte aux lettres :

[Couche jetable ou en tissu?](#)

### La boîte à outils :

[Les rince-mains : mode d'emploi](#)



### [Références](#)

Québec 

© Gouvernement du Québec, 2003



## Table des matières

### Éditorial

Le lavage des mains sans eau en service de garde

La varicelle : de l'eau, du savon et des « picots »

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 !



### Les immortels

Par Marie-Patricia Gagné,  
Ministère de l'Emploi, de la Solidarité sociale et de la Famille

**T**itre inspirant pour une œuvre musicale ou poétique, mais aussi pour la prévention des infections en service de garde!

Les thèmes de ce numéro le situent pleinement dans cette démarche. Le lavage des mains constitue le sujet le plus populaire en matière de prévention des infections. Dans ce numéro, Nadia Desmarais, infirmière en prévention des infections, en collaboration avec les docteurs Louise Poirier et Sandra Palmieri, traite des dimensions cruciales du lavage des mains sans eau : son efficacité, sa toxicité et son utilisation par les enfants. Dans la boîte à outils, elle poursuit avec les aspects plus pragmatiques de ce sujet.



La pédiatre Valérie Lamarre nous renseigne sur les soins cutanés à donner dans les cas de varicelle, cette maladie infantile souvent immortalisée en caricature.



Dans la boîte aux lettres, l'infirmière Élisabeth Bisson rappelle l'importance d'utiliser des couches jetables plutôt que des couches en tissu dans les services de garde.

La matière est maintenant entre les mains des personnes travaillant dans les services de garde : à elles d'immortaliser ces connaissances et pratiques que le Comité de prévention des infections dans les centres de la petite enfance du Québec partage avec vous périodiquement.

Je vous souhaite une bonne lecture et vous invite à nous faire part de vos commentaires.

*Emploi,  
Solidarité sociale  
et Famille*

Québec 



## Table des matières

Éditorial

**Le lavage des mains sans eau en service de garde**

La varicelle : de l'eau, du savon et des « picots »

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 !



## Le lavage des mains sans eau en service de garde

Par Nadia Desmarais, Hôpital Sainte-Justine, en collaboration avec Louise Poirier, Hôpital Maisonneuve-Rosemont, et Sandra Palmieri, Direction de santé publique de Montréal-Centre



**D**epuis quelques années, nous assistons à l'émergence de nouveaux microbes comme le SRAS, les nouvelles souches du virus de la grippe ou les bactéries devenues résistantes aux antibiotiques. Le lavage des mains demeure le meilleur moyen de combattre la transmission des nouveaux et des anciens microbes. En fait, il doit devenir une priorité dans l'apprentissage de l'hygiène de base pour tous, enfants et adultes. La question du type de savon à choisir (régulier, antibactérien, antiseptique) a été remplacée par celle du lavage des mains sans eau (avec des solutions à base d'alcool). Nous ferons le point sur les solutions antiseptiques à base d'alcool appelées « rincemains ».

Deux types de germes peuvent vivre sur nos mains. D'une part, il y a les germes résidents, ceux avec lesquels nous vivons en harmonie et qui nous aident à nous débarrasser des germes plus nocifs pour notre santé. D'autre part, il y a les germes qui sont plutôt de passage sur nos mains (bactéries, virus du rhume, de la grippe ou de la gastro-entérite) et qui peuvent nous rendre malades. Le lavage des mains, par son action mécanique, est une opération qui élimine les saletés et réduit le nombre de germes attrapés en touchant des gens ou des objets contaminés.

## Le rince-mains, de quoi s'agit-il?

Avant tout, il est essentiel de comprendre ceci : c'est la bactérie qui est résistante, pas le malade!

Les antibiotiques sont des traitements très efficaces contre les bactéries, mais n'ont aucun effet sur les virus (agents infectieux beaucoup plus petits que les bactéries, à l'origine d'infections comme le rhume ou la grippe). Avec le temps, et suivant l'exposition répétée aux antibiotiques, les bactéries peuvent se transformer et devenir « résistantes » à ceux-ci, c'est-à-dire que les antibiotiques ne parviennent plus à les tuer. L'usage trop fréquent ou à mauvais escient d'antibiotiques peut contribuer à favoriser, parmi les bactéries présentes

chez un individu, celles qui sont naturellement les plus résistantes. Celles-ci pourront alors proliférer. Les bactéries résistantes peuvent aussi être transmises d'une personne à une autre, particulièrement en milieu de garde.

### La résistance aux antibiotiques est-elle un problème en milieu de garde?

Le rince-mains est une solution désinfectante à base d'alcool qui s'applique sans eau et qui sert à éliminer les germes présents sur les mains. L'utilisation d'un rince-mains peut remplacer le lavage des mains à l'eau et au savon. Le rince-mains se présente généralement sous forme semi-liquide ou en gel, et contient généralement un émoullissant qui le rend moins irritant pour la peau.

### Son efficacité

Le lavage des mains avec un rince-mains diminue plus efficacement et plus rapidement le nombre de bactéries à la surface de la peau que le lavage à l'eau et au savon. Par contre, les mains souillées avec des liquides biologiques (urine, selles, sang, sécrétions) ou d'autres saletés nécessitent un lavage à l'eau et au savon, car ces matières peuvent diminuer l'efficacité du rince-mains. Durant une épidémie de gastro-entérite, par exemple, l'environnement devient hautement contaminé. Le lavage fréquent des mains à l'eau et au savon est une mesure à appliquer en alternance avec le lavage avec un rince-mains.

La concentration d'alcool généralement recommandée pour les rince-mains varie entre 60 et 95 %. Ils agissent ainsi très efficacement contre la plupart des bactéries, champignons et virus (dont le virus de l'influenza, le virus respiratoire syncytial – responsable des bronchiolites chez les jeunes enfants – et les virus causant des gastroentérites).

### Sa toxicité

**Le rince-mains sans eau est généralement constitué de 70 % d'alcool éthylique. Il s'agit du même alcool que celui qu'on retrouve dans les boissons fortes tels la vodka ou le rhum, mais il est deux fois plus concentré. Cette haute concentration en éthanol représente le principal facteur de toxicité pour les jeunes enfants. L'ingestion d'une cuillerée à soupe chez le poupon d'un an ou de deux chez l'enfant de 4 ans est suffisante pour entraîner une intoxication modérée avec nausées, vomissements et confusion mentale. Il faut donc garder les rince-mains hors de la portée des enfants, tout comme on le fait pour des bouteilles d'alcool fort. Il est important de consulter un médecin sans délai en cas d'ingestion.**



Ces produits sont fabriqués à partir d'alcool dénaturé, ce qui leur donne mauvais goût et diminue ainsi les risques d'intoxication par ingestion. Il est recommandé de frotter les mains jusqu'à évaporation pour permettre au produit d'agir et éviter les irritations qui pourraient survenir (ex. : port de gants sur de l'alcool non évaporé). De plus, comme ces produits sont inflammables, il faut les entreposer loin des flammes et des sources de chaleur.

### L'utilisation des rince-mains par les enfants

L'enseignement de l'hygiène des mains aux jeunes enfants est très important. Comme ils ont une hygiène plus déficiente et des activités salissantes, leurs mains sont souvent sales. Le lavage des mains à l'eau et au savon reste donc la meilleure méthode à leur enseigner. Par contre, lors d'activités extérieures ou si aucun lavabo n'est accessible, les rince-mains peuvent être utilisés par les enfants, sous la surveillance d'une éducatrice, avant les repas ou après la toilette. Une fois le produit évaporé, il ne peut plus être ingéré et n'est plus irritant pour les yeux.

Il est important d'apprendre aux enfants la bonne façon d'utiliser les rince-mains. Il faut appliquer la même technique et faire les mêmes mouvements que lors du lavage des mains avec de l'eau et du savon.

Ces produits sont en vente libre en plusieurs formats dans les pharmacies et dans les magasins à grande surface. On peut les retrouver en format de poche ou en grand format avec une pompe distributrice. Les marques les plus communes sont Purell, One Step, Sanicure et Sterigel. Il faut aussi considérer le coût de ces produits, qui n'est pas négligeable.

Les rince-mains antiseptiques sont certainement très utiles en service de garde, mais plus appropriés pour les travailleuses que pour les enfants. Les mains des adultes sont moins sales que celles des enfants, le produit est donc plus efficace dans leur cas. De plus, l'utilisation d'un rince-mains par les enfants demande une vigilance et une surveillance continues. Cependant, à une époque où tout doit être rapide et efficace, cette nouvelle famille de produits trouve certainement sa place.



## Table des matières

## Éditorial

Le lavage des mains sans eau en service de garde

**La varicelle : de l'eau, du savon et des « picots »**

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 !



**La varicelle :  
de l'eau, du savon et des « picots »**

Par Valérie Lamarre, Hôpital Sainte-Justine

**C**e sujet a déjà été abordé à quelques reprises dans Bye-Bye les microbes. Cette fois-ci, nous nous intéresserons aux soins de la peau à procurer aux enfants atteints de cette maladie.

La varicelle est une maladie virale extrêmement contagieuse qui se manifeste par de petites bulles, dites vésicules, apparaissant d'abord sur le cuir chevelu, le visage et le tronc, avant de se généraliser aux extrémités. Elles évoluent en poussées successives tous les deux jours, pour devenir des croûtes qui finissent par tomber. Les lésions, de quelques-unes à plusieurs centaines, guérissent pour la plupart sans laisser de cicatrices. La varicelle peut être prévenue par la vaccination.



**Tout le monde sait que, lorsque l'on se blesse, il faut laver le « bobo » avec de l'eau et du savon et le garder propre pour qu'il ne s'infecte pas. C'est exactement la même chose pour la varicelle.**

Les complications les plus fréquentes de la varicelle sont liées au fait que la peau est lésée et endommagée. Les bactéries aiment bien profiter de l'occasion créée par ces nombreuses ouvertures pour s'y faufiler et causer des problèmes. C'est ce que nous appelons les « surinfections bactériennes ». Voici comment les éviter.

Tout le monde sait que, lorsque l'on se blesse, il faut laver le « bobo » avec de l'eau et du savon et le garder propre pour qu'il ne s'infecte pas. C'est exactement la même chose pour la varicelle. La priorité est de garder la peau propre. Selon l'âge de l'enfant et ses préférences, des bains ou des douches tièdes deux fois par jour sont recommandés. L'eau ne devrait pas être trop chaude, 32 °C au maximum, car la chaleur augmentera les démangeaisons. Un

savonnage doux devrait garder le petit et ses « picots » bien propres. Pour l'assécher, un épongeage doux suffit. Certains parents aiment ajouter dans l'eau du bain du bicarbonate de soude (communément appelé « petite vache » ou « soda ») ou des flocons d'avoine (Aveeno®). Il n'est pas prouvé que ces produits diminuent les démangeaisons, mais ces pratiques ne sont pas dangereuses.

Les ongles de l'enfant devraient être coupés bien courts afin d'éviter qu'il ne se blesse la peau s'il ne peut s'empêcher de se gratter. On peut aussi faire porter des gants ou des mitaines de coton aux nourrissons. L'enfant devrait porter des vêtements légers et, si possible, en coton (au moins ceux qui sont en contact avec la peau) pour éviter une sudation excessive.

L'application d'une lotion à la calamine sur les lésions pour aider à diminuer les démangeaisons est fort populaire, même si l'efficacité de ce produit n'est pas prouvée. Des médecins ont même l'impression que la texture crayeuse de ces lotions favorise la pullulation bactérienne et les surinfections. Une simple crème hydratante non parfumée appliquée par les parents le bain suffit le plus souvent. Les crèmes et lotions contenant un antihistaminique topique devraient pas être appliquées sur une grande surface corporelle, puisqu'elles risquent d'être absorbées par la peau fine de l'enfant et de causer intoxication. Règle générale, vaut mieux s'abstenir de les utiliser.

Les comprimés ou sirops antihistaminiques peuvent parfois être utiles lorsque les démangeaisons sont intenses. Il est important de respecter la posologie suggérée et le cadre réglementaire des services garde (autorisation parentale ordonnance médicale).

Bref, la complication la plus craindre de la varicelle est la surinfection bactérienne des lésions. Une hygiène méticuleuse de la peau aide à éviter de telles complications et favorise une guérison sans cicatrices.

Emploi,  
Solidarité sociale  
et Famille

Québec 



## Table des matières

Éditorial

Le lavage des mains sans eau en service de garde

La varicelle : de l'eau, du savon et des « picots »

**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](#)



## La boîte aux lettres



## Couche jetable ou en tissu?

Par Élisabeth Bisson, infirmière  
Comité de prévention des infections dans les centres de la petite enfance du Québec (CPIPCPEQ)

**E**n 1961, une compagnie a mis sur le marché la première couche jetable. Vue comme une bénédiction au début, cette nouveauté est vite devenue un problème environnemental. Les couches jetables seraient le troisième matériel pollueur en importance dans les dépotoirs. Devrait-on, d'un point de vue écologique, en revenir aux couches lavables? Devrait-on utiliser les couches en tissu pour sauvegarder les ressources comme les arbres et économiser les matières plastiques?

Les couches lavables ont aussi un impact négatif sur l'environnement : coûts énergétiques reliés au lavage et au séchage, augmentation du volume des eaux usées, pesticides et produits chimiques utilisés pour la fabrication du coton.



En service de garde, l'utilisation de couches en papier demeure la meilleure solution pour plusieurs raisons.

Tout d'abord, elles permettent de réduire le risque de transmission des maladies infectieuses. En effet, en service de garde, le port d'une couche en papier super absorbante recouverte d'un vêtement diminue la transmission d'agents infectieux et la contamination de l'environnement.

De plus, la capacité d'absorption et le taux de sécheresse des couches en papier sont supérieurs à ceux des couches en tissu. Des études ont démontré

que les cas de dermatite étaient moins nombreux chez les enfants portant des couches jetables et que, lorsque la maladie survenait, elle était moins grave.

Pour réduire leurs dépenses en couches jetables, les parents peuvent utiliser des couches en tissu à la maison.



© Gouvernement du Québec, 2003



## Table des matières

Éditorial

Le lavage des mains sans eau en service de garde

La varicelle : de l'eau, du savon et des « picots »

La boîte aux lettres

**La boîte à outils**

Référence

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 !



## La boîte à outils



## Les rinces-mains : mode d'emploi

Par Nadia Desmarais, Hôpital Sainte-Justine

- Bien lire l'étiquette du fabricant afin de connaître les recommandations d'utilisation.
- Vérifier la date de péremption.
- Placer les bouteilles aux endroits stratégiques, de façon à les avoir sous la main au bon moment. **Dans un service de garde en milieu familial, les produits toxiques sont rangés à l'écart des denrées alimentaires et hors de portée des enfants; en installation de centre de la petite enfance et en garderie, ils sont de plus sous clé (art.64 du Règlement sur les centres de la petite enfance et art.19.2 du Règlement sur les garderies).**
- Ne pas placer les rince-mains à côté des lavabos pour éviter la confusion avec le savon liquide.

## Comment s'en servir?

C'est simple : de la même façon que pour un lavage des mains avec de l'eau et du savon!



1. Versez l'équivalent d'une pièce de vingt-cinq cents, ou un coup de pompe, dans une main.
2. Frottez la paume de votre main « humide » dans la paume de votre main sèche.

3. Trempez tous les ongles dans le rince-mains.
4. Frottez vos deux mains ensemble pour que le rince-mains soit distribué également sur toute la surface de vos doigts, entre vos doigts, sur le dessus de vos mains et à la base de vos poignets.
5. Laissez sécher vos mains complètement.

### Notez bien

- Les mains ne doivent être ni mouillées ni poudrées avant l'utilisation du rince-mains.
- Attention aux yeux! Le gel peut parfois former, dans la pompe, un petit bouchon, et provoquer des éclaboussures lors de son utilisation.
- Frictionner les mains jusqu'à évaporation du produit avant de toucher à des appareils électriques. Quelques incidents révélant le risque d'inflammation lorsque les mains sont encore imbibées d'alcool ont été rapportés.
- Ne pas utiliser pour la désinfection des surfaces et des objets, ces produits sont conçus pour l'hygiène des mains (présence d'un émoullient).
- Conserver hors de la portée des enfants.
- Entreposer loin des flammes et des sources de chaleur.
- Certains de ces produits sont très parfumés ou trop visqueux : assurez-vous d'en faire l'essai avant d'arrêter votre choix.

Emploi,  
Solidarité sociale  
et Famille

Québec 



## Table des matières

### Éditorial

La résistance aux antibiotiques : un problème en milieu de garde

Être bien vacciné, un atout pour la santé du personnel et des stagiaires en service de garde

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

- Louise Poirier, M.D., FRCP  
Hôpital Maisonneuve-Rosemont
- Élisabeth Bisson, inf., B. Sc.  
DSP Mauricie–Centre-du-Québec
- Alejandra Irace-Cima, M. Sc.  
DSP de Laval
- Pierre Déry, M.D., FRCP  
CHUQ (CHUL)
- Marie-Patricia Gagné, Ph. D.  
Ministère de l'Emploi, de la Solidarité sociale et de la Famille
- Theresa Gyorkos, Ph. D.  
Université McGill
- Valérie Lamarre, M.D., FRCP  
Hôpital Sainte-Justine
- Diane Lambert, M.D., FCMF  
DSP de Laval, présidente
- Ramona Rodrigues, inf., M. Sc. A., CIC  
Hôpital général du Lakeshore
- Suzette Rousseau, inf.  
Association des CLSC et CHSLD
- Lucie St-Onge, inf.  
Ministère de la Santé et des Services sociaux

## Avec la collaboration de :

- François Boucher, M.D., FCRP  
CHUQ

## Conception graphique et infographie

- GB Design

## Révision linguistique, production et diffusion

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

## La boîte aux lettres

Faire parvenir toute correspondance à madame 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 : [bbmicrobes@messf.gouv.qc.ca](mailto:bbmicrobes@messf.gouv.qc.ca)

Dépôt légal – 2003  
Bibliothèque nationale du Québec  
Bibliothèque nationale du Canada  
ISSN : 1481-4471  
© Gouvernement du Québec

Emploi,  
Solidarité sociale  
et Famille

Québec 