



# 34. Lavage des mains avec du savon

Dernière mise à jour: 2023-08-02

## Aperçu

Le lavage des mains est l'un des moyens les plus efficaces d'éviter la propagation de plusieurs épidémies, notamment les maladies diarrhéiques. Se laver les mains est facile et tout le monde (y compris les enfants) peut et devrait le faire. Pour se laver les mains, les personnes doivent avoir accès à de l'eau et du savon.

Les mains devraient être lavées avec du savon :

- **AVANT**

- De cuisiner
- De manger
- De donner à manger à un enfant
- D'allaiter
- De soigner un malade ou une blessure (la sienne ou celle de quelqu'un d'autre)

- **APRÈS**

- Être allé aux toilettes
  - Les hommes, garçons, femmes et filles devraient se laver les mains après être allés aux toilettes
  - Les femmes et filles devraient appliquer les pratiques d'hygiène menstruelle pendant leurs cycles mensuels
    - Promouvoir l'utilisation de protections propres et sèches (jetables ou réutilisables)
    - Encourager à les changer et se laver aussi souvent que nécessaire
    - Dissuader de partager ses protections réutilisables
- Avoir lavé un bébé
- Avoir touché des ordures ou des déchets
- Avoir touché des animaux ou leur avoir donné à manger ; avoir manipulé de la viande crue
- S'être mouché, avoir toussé ou éternué
- Avoir soigné une blessure ou s'être occupé d'une personne malade
- Être entré en contact avec un malade lors d'une épidémie (voir la fiche action 35)

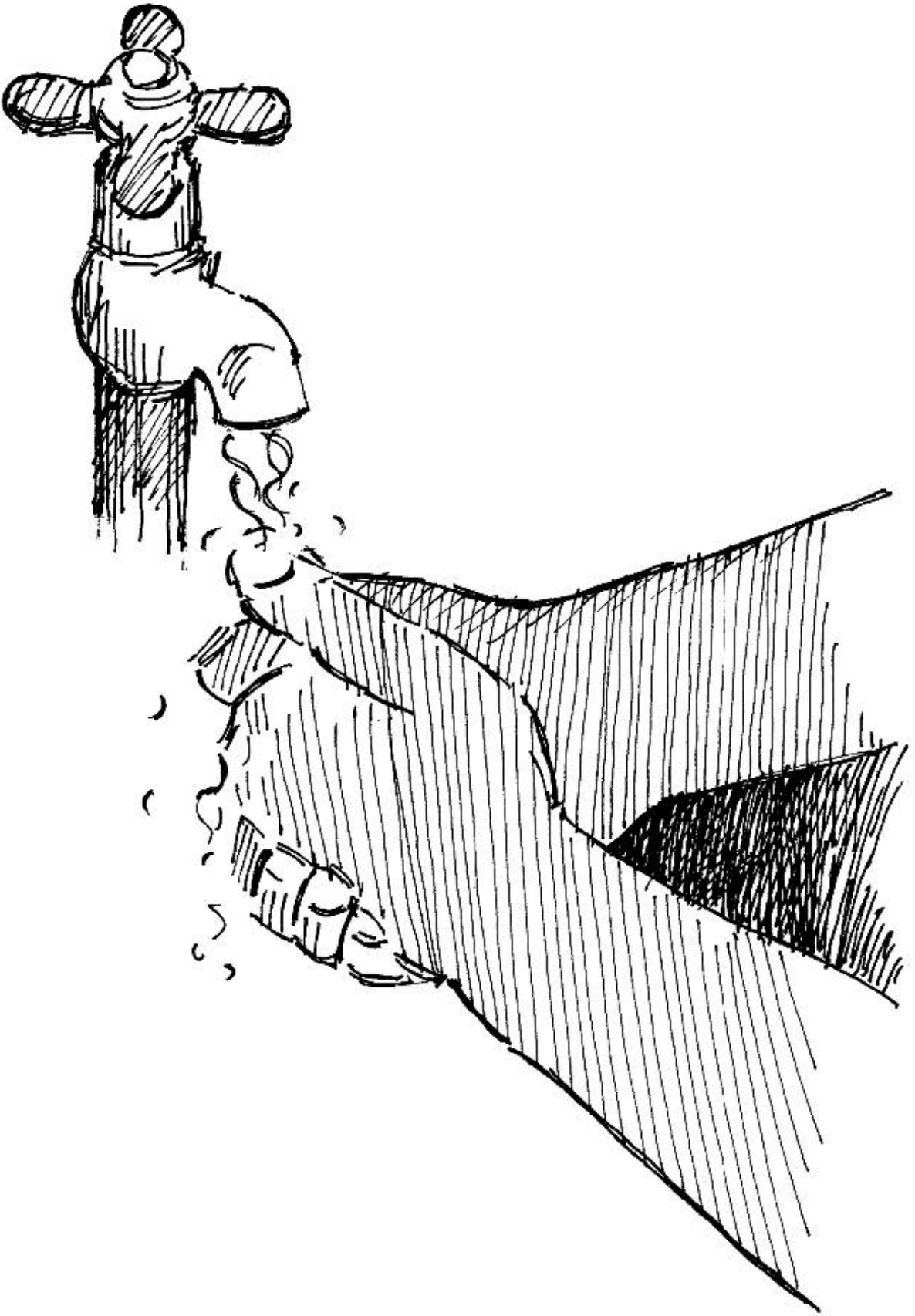
## Que faire et comment s'y prendre

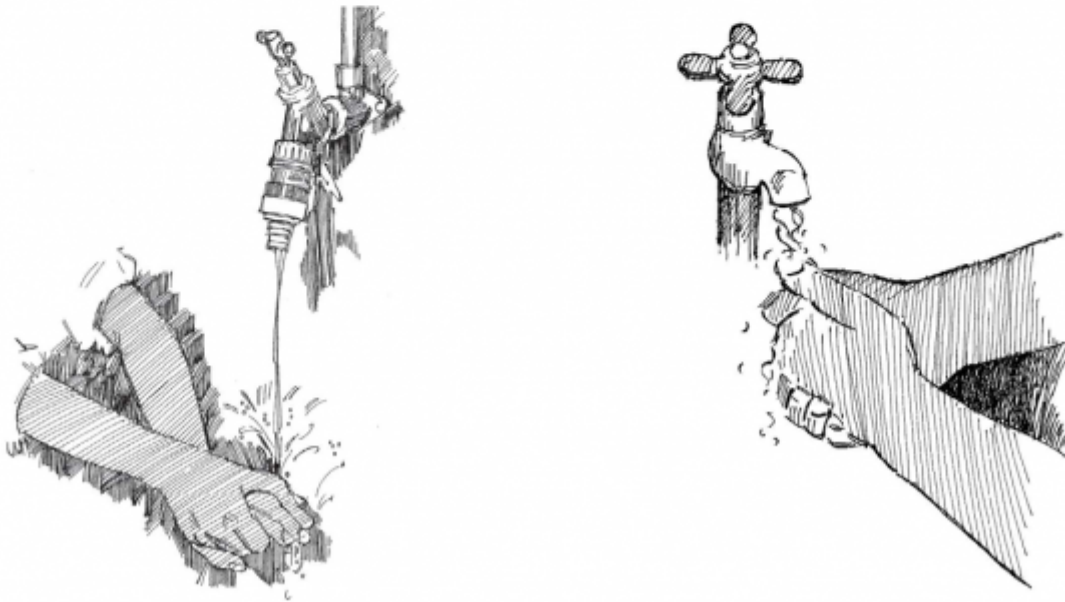
### *Comment se laver les mains*

- Se mouiller les mains et les frotter avec du savon.
- Frotter toutes les parties de vos mains l'une contre l'autre pendant 10 à 15 secondes.
- Utiliser beaucoup de force (presser ses mains l'une contre l'autre) et n'oublier aucune surface, y compris le dos des mains et l'espace entre les doigts.

- Bien se rincer les mains pour enlever tout le savon.
- Se sécher les mains avec du papier absorbant. S'il n'y en a pas, les secouer dans l'air jusqu'à ce qu'elles soient sèches.



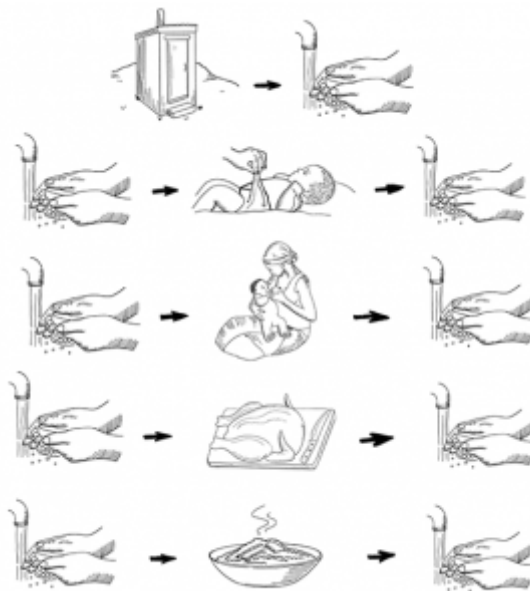




**Messages à la population**



08. Lavage des mains avec du savon



09. Quand se laver les mains