

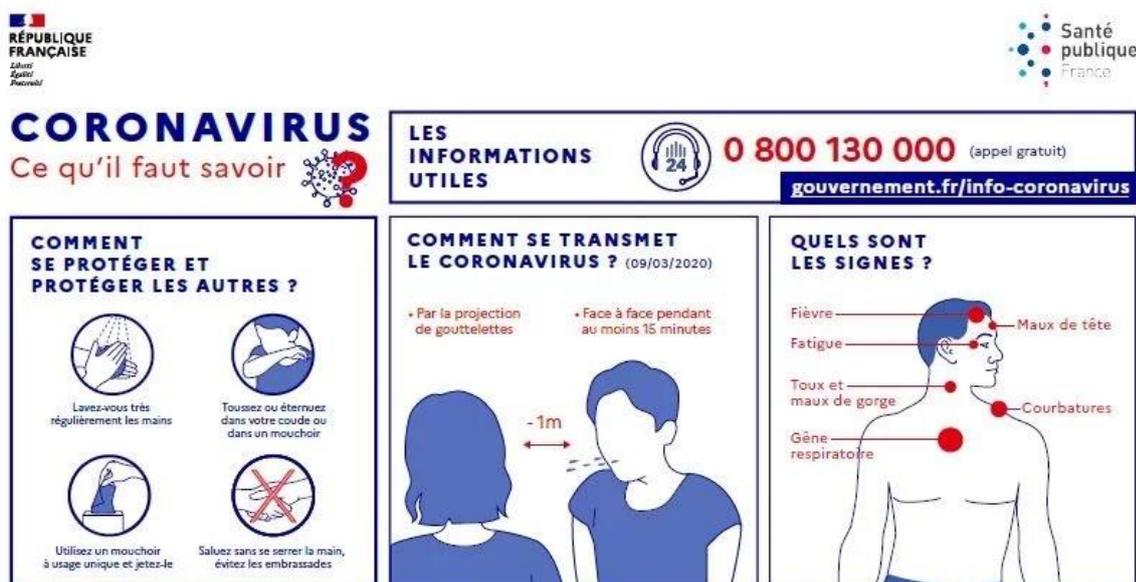
## DOCUMENT A DESTINATION DE TOUS LES PROFESSIONNELS DE L'AIDE AU DOMICILE

18/03/2020

Elaboré par la MRSI et validé par le RIPIN du CHU de Grenoble

Durant l'épidémie de Covid-19 et dans le cadre de vos missions d'aide au domicile définies comme indispensables avec votre direction, des mesures d'hygiène strictes devront être appliquées et adaptées à chaque situation.

L'information minimale à connaître et à maîtriser est la suivante :



**CORONAVIRUS**  
Ce qu'il faut savoir

LES INFORMATIONS UTILES

0 800 130 000 (appel gratuit)

[gouvernement.fr/info-coronavirus](http://gouvernement.fr/info-coronavirus)

**COMMENT SE PROTÉGER ET PROTÉGER LES AUTRES ?**

- Lavez-vous très régulièrement les mains
- Toussez ou éternuez dans votre coude ou dans un mouchoir
- Utilisez un mouchoir à usage unique et jetez-le
- Saluez sans se serrer la main, évitez les embrassades

**COMMENT SE TRANSMET LE CORONAVIRUS ?** (09/03/2020)

- Par la projection de gouttelettes
- Face à face pendant au moins 15 minutes

-1m

**QUELS SONT LES SIGNES ?**

- Fièvre
- Fatigue
- Toux et maux de gorge
- Gêne respiratoire
- Maux de tête
- Courbatures

### L'OBJECTIF EST DOUBLE :

- ✓ Vous protéger en tant qu'aide indispensable au maintien au domicile de vos bénéficiaires et vous permettre ainsi de pouvoir travailler dans de bonnes conditions et en sécurité.
- ✓ Protéger vos bénéficiaires qui sont pour la plupart des personnes polyopathologiques, âgées et fragiles afin de ne pas leur transmettre le virus.

### MODE DE TRANSMISSION

Le virus se transmet principalement par la projection de gouttelettes (toux, éternuements) et notamment quand on reste en face à face (moins d'un mètre) prolongé (plusieurs minutes) avec une personne infectée. Le virus ne nous infecte qu'en pénétrant par les voies aériennes (bouche, nez et yeux).

Le virus (via les gouttelettes) atteint nos voies aériennes des 2 manières :

- Soit par les mains lorsqu'on touche une surface infectée par les gouttelettes et qu'on approche ensuite ses mains de nos yeux, bouche ou nez.
- Soit par la réception directe des gouttelettes lorsque qu'une personne infectée tousse ou éternue en face de vous

Le virus ne reste pas dans l'air : vous ne serez pas infecté en restant simplement dans la même pièce qu'un malade infecté s'il n'y a pas de face à face et que vous vous lavez correctement les mains.

## ORGANISATION DE LA PROTECTION

En fonction de la disponibilité des masques, de l'organisation de votre structure, du nombre de patients infectés à prendre en charge, 2 possibilités d'organisation :

### Organisation n°1 : Un masque par professionnel et par jour.

Port de masque individuel à porter toute la journée, à compléter par la mise en place des mesures barrières pour le personnel et le patient **notamment le lavage des mains +++** et le port du masque par le patient qui a les symptômes.

### Organisation 2 : Protection adaptée à la situation au domicile

VOUS	LA PERSONNE
 <p><b>Vous n'êtes pas symptomatiques (vous n'avez pas de fièvre, vous ne tousssez pas) et vous ne vivez pas avec une personne infectée covid 19</b></p>	 <p><b>La personne prise en charge n'est pas symptomatique</b></p>
<p>⇒ Respectez et faites respecter les mesures barrières de base <b>notamment le lavage des mains +++</b>. <u>Vous n'avez pas besoin de masque.</u></p>	

VOUS	LA PERSONNE
 <p><b>Vous n'êtes pas symptomatique MAIS vous vivez avec une personne infectée Covid 19</b></p>	 <p><b>La personne prise en charge n'est pas symptomatique</b></p>
<p>⇒ Vous pouvez travailler et aller au domicile.            ⇒ Afin de protéger votre bénéficiaire : Portez un masque chirurgical ou en tissu si absence de masque disponible, respectez et faites respecter les mesures barrières de base <b>notamment le lavage des mains +++</b>.</p>	

VOUS	LA PERSONNE
 <p><b>Vous n'êtes pas symptomatiques (vous n'avez pas de fièvre, vous ne toussiez pas) et vous ne vivez pas avec une personne infectée covid 19</b></p>	 <p><b>La personne prise en charge n'est pas symptomatique mais elle vit avec une personne infectée Covid 19 symptomatique :</b></p>
<p><b>Si la personne qui vit avec votre bénéficiaire a été en contact prouvé ou non avec une personne infectée, respectez uniquement les mesures barrières et surtout le lavage des mains</b></p>	
<p>⇒ Vous pouvez intervenir au domicile</p> <p>⇒ <b>Demandez à la personne qui tousse de s'isoler dans une pièce pendant votre intervention.</b></p> <p>⇒ <b>Faire porter prioritairement un masque chirurgical (ou à défaut en tissu) à la personne prise en charge plutôt qu'à vous (elle peut être porteuse et non symptomatique)</b></p> <p>⇒ Si vous avez un masque, portez le mais si les 2 mesures précédentes sont bien respectées vous n'êtes pas obligé d'en porter un</p> <p>⇒ Respectez et faites respecter les mesures barrières <b>notamment le lavage des mains +++.</b></p>	

VOUS	LA PERSONNE
 <p><b>Vous n'êtes pas symptomatiques (vous n'avez pas de fièvre, vous ne toussiez pas) et vous ne vivez pas avec une personne infectée covid 19</b></p>	 <p><b>La personne chez qui vous intervenez tousse ou a de la fièvre</b></p>
<p>⇒ Assurez-vous qu'elle puisse bénéficier d'un avis médical</p> <p>⇒ Faites-lui porter un masque chirurgical</p> <p>⇒ Portez vous-même un masque chirurgical (ou FFP2 si vous en disposez), des lunettes, des gants et une surblouse</p> <p>⇒ Appliquez les mesures barrières <b>notamment le lavage des mains +++.</b> ET les mesures contact : travaillez avec des gants, un tablier</p> <p>⇒ Faites respecter les mesures barrières et éviter le contact rapproché avec la personne</p>	

VOUS
 <p><b>Vous êtes symptomatique : toux et fièvre</b></p>
<p>⇒ Prévenez votre direction qui elle seule pourra prendre la décision de vous autoriser à travailler en fonction de l'évolution de la situation.</p>

**Consignes d'utilisation si vous gardez un masque chirurgical de protection toute la journée :**

- Je mets mon masque avant de rentrer chez mon premier bénéficiaire.
- Je le garde toute la journée en le manipulant le moins possible
- Pour manger ou me moucher : j'enlève mon masque en ne touchant que les élastiques et je le pose sur une surface propre non contaminée
- Je le remets ensuite et ne le quitte qu'après avoir vu mon dernier bénéficiaire
- Je me lave les mains très régulièrement même en présence du masque et SURTOUT juste avant et juste après avoir mis ou enlevé ce masque

## COMMENT UTILISER VOS MASQUES :



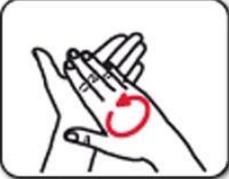
Pour plus d'informations : lien U Tube :  
<https://www.youtube.com/watch?v=CMgDVSgWPjC>

## LA QUESTION DU LAVAGE DES MAINS :

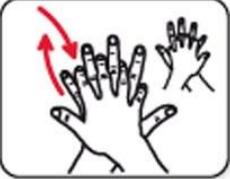
**C'est la mesure barrière la plus efficace contre la propagation du virus.**

### LAVAGE DES MAINS POUR EVITER LA CONTAMINATION

- Avec un produit hydro-alcoolique  
Remplissez la paume de la main avec le produit hydro-alcoolique pour recouvrir toutes les surfaces et frictionnez.
- Avec du savon et de l'eau  
Mouillez les mains abondamment. Appliquez suffisamment de savon pour recouvrir toutes les surfaces des mains et frictionnez.



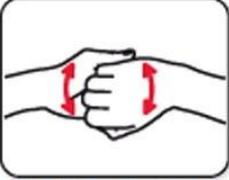
Paume contre paume par mouvement de rotation,



le dos de la main gauche avec un mouvement d'avant en arrière exercé par la paume droite, et vice et versa,



les espaces interdigitaux paume contre paume, doigts entrelacés, en exerçant un mouvement d'avant en arrière,



les dos des doigts en les tenant dans la paume des mains, opposés avec un mouvement d'aller-retour latéral,



le pouce de la main gauche par rotation dans la paume refermée de la main droite, et vice et versa,



la pulpe des doigts de la main droite par rotation contre la paume de la main gauche, et vice et versa.

L'opération de nettoyage doit durer de 20 à 30 secondes.

Rincez les mains à l'eau. Séchez soigneusement les mains avec une serviette à usage unique. fermez le robinet à l'aide de la serviette avant de jeter celle-ci. L'opération de nettoyage doit durer de 40 à 60 secondes.

**Ce tuto peut vous aider :**

**<https://www.youtube.com/watch?v=5KzSfpnKMjM>**

**Il existe des possibilités pour fabriquer un masque tissu à défaut de masque chirurgical**  
**ATTENTION : ce type de masque ne protège pas son porteur mais il limite les émissions de gouttelettes envers l'entourage**

**Ci-dessous le patron pour masques en tissu CHU de Grenoble**



#### I. Objet

Dans le cadre d'une situation dégradée et pour pallier à la pénurie de masque de soins, un modèle de création de masque de soins en textile est proposé pour :

- Permettre de se protéger
- Continuer son activité professionnelle
- Permettre le maintien de l'activité de l'établissement et la prise en charge des patients

#### II. Secteurs et professionnels concernés

Tous les professionnels du CHUGA :

- Des services de soins ne prenant pas en charge de patients Covid-19\*
- Des services supports

\* les services prenant en charge les patients Covid-19 sont :

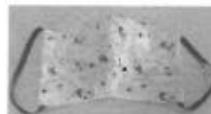
- Médecine infectieuse
- Secteurs de réanimation
- Pneumologie
- Les services de médecine interne (3<sup>ème</sup> A, B et C)



#### III. Fabrication et entretien du masque de soins textile

Matériel nécessaire pour la réalisation :

- Chutes de coton (environ 20 cm) pour l'extérieur et la doublure
- Molleton fin, polaire fine, ...
- Elastique souple



Le masque de soin est composé de 2 couches de tissus en coton et 1 couche de molleton disposée entre les 2 couches.

Patron en annexe

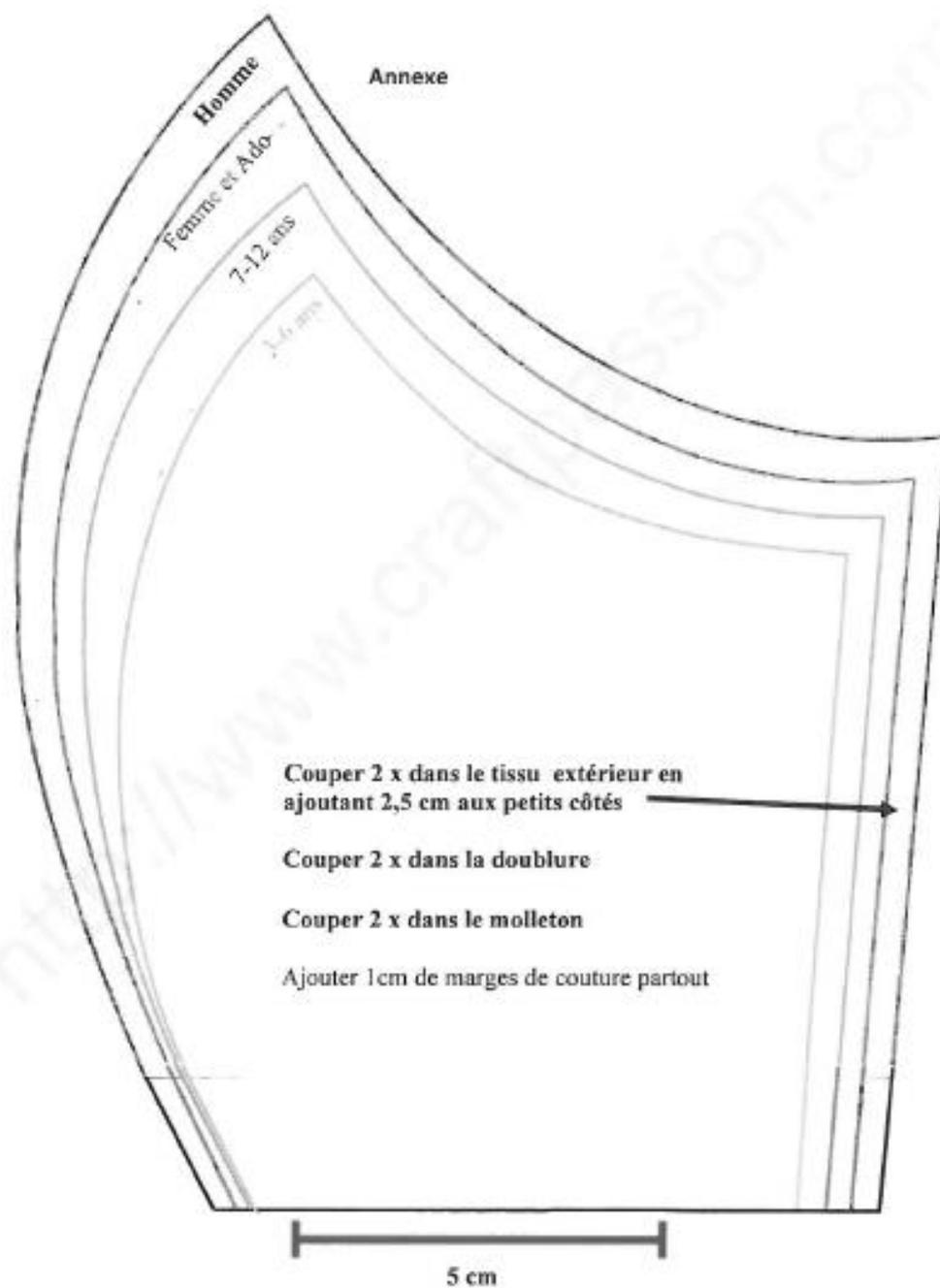
Entretien du masque :

- Celui-ci est à la charge du professionnel
- Le laver **quotidiennement** à son domicile à 30°C avec du détergent classique

#### IV. Etapes de fabrication

1- Découper le patron ( <b>annexe</b> )
2- Découper les pièces de tissus en coton nécessaire (voir patron) : nous obtenons 4 pièces de tissus
3- Découper le molleton (voir patron) : nous obtenons 2 pièces de molleton
4- Couper environ 2 élastiques de 30 cm pour le grand modèle (adapter la longueur à la taille souhaitée)
5- Assembler les 2 pièces de tissu « extérieur » endroit contre endroit « partie arrondie
6- Faire le même assemblage pour les 2 pièces tissu doublure
7- Assembler les 2 pièces de tissus obtenues « endroit contre endroit » en insérant les 2 pièces de molleton
Coudre uniquement en haut et en bas : ne pas coudre les petits côtés
8- Retourner l'ensemble sur l'endroit
9- Surpiquer la couture centrale (verticale)
10- Surpiquer le haut et le bas à quelques millimètres du bord
11- Replier les petits côtés (2 fois 1 cm) - repasser
12- Piquer à quelques millimètres du pli pour créer une coulisse
13- Faire glisser le nœud dans la coulisse pour le confort





Mesurer ce segment avant de découper le patron