



LES CONSEILS du *Sstrn*⁺
PRÉVENTION

MÉTIERS PARAMÉDICAUX

PRÉVENEZ LES RISQUES
PROFESSIONNELS !

LE SERVICE DE SANTÉ AU TRAVAIL
DE LA RÉGION NANTAISE

QUE FAIRE EN CAS D'AES ?

(Accident d'Exposition au Sang
ou liquides biologiques contenant du sang)

1

IMMÉDIATEMENT

J'effectue les premiers gestes.

Peau

- » Ne pas faire saigner
- » Nettoyage : eau + savon puis rinçage
- » Antiseptie locale (Dakin ou alcool à 70°)
pendant 10 minutes

Muqueuses et œil

- » Lavage : eau ou sérum physiologique
pendant 10 minutes

2

DANS L'HEURE

**Je contacte un médecin qui assurera la prise
en charge de l'AES.**

Sinon, je contacte au CHU de Nantes :

- » le Service infectiologie au 02 40 08 31 12
(du lundi au vendredi de 8h30 à 17h)
- » ou le Service des urgences
au 02 40 08 38 95

3

DANS LES 24 HEURES

Je contacte mon employeur.

- » Il déclare l'accident du travail

4

DANS LE MOIS

Je contacte mon médecin du travail.

- » Il assure le suivi biologique et clinique
- » Il analyse les circonstances de l'accident



LE RISQUE INFECTIEUX

Le risque infectieux peut se définir ainsi : causes potentielles liées à une contamination microbiologique qui peuvent entraîner des conséquences infectieuses.

Trois éléments sont indissociables pour générer ce risque :

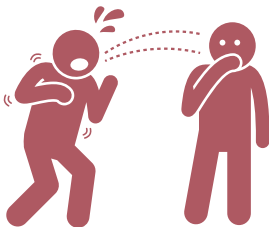
- l'hôte (le patient ou le soignant),
- l'environnement,
- l'acte de soin (toilette, pansement, manuportage...).

Plus on maîtrise ces 3 éléments, plus on diminue le risque infectieux.

Les modes de contaminations possibles

(liste non exhaustive) :

- Par voie aérienne : maladie infantile (coqueluche, varicelle, rougeole...), tuberculose, CMV.
- Par voie cutanée : gastro-entérite, maladie infectieuse respiratoire (grippe, rhinopharyngite...), poux, gales, AES (Accident d'Exposition au Sang).





LES AES (**ACCIDENT D'EXPOSITION AU SANG**)

C'est un des risques infectieux les plus importants dans le monde des soins.

On regroupe sous le terme d'AES tout contact avec du sang, un liquide biologique ou du matériel souillé par du sang lorsqu'il y a une effraction cutanée (piqûre, coupure, morsure) ou projection sur une muqueuse (œil, bouche) ou une peau lésée (plaie, eczéma, excoriation ...)



LES MESURES DE **PRÉVENTION**

- Le statut vaccinal (la vaccination contre l'hépatite B est obligatoire pour toutes les professions de santé).
- Le respect des précautions générales d'hygiène (lavage et/ou désinfection des mains, surblouses, port des équipements de protection individuelle : lunettes, masques, gants...).
- L'utilisation d'un matériel adapté et sécurisé (à usage unique de préférence, ne pas recapuchonner les aiguilles, ne pas désadapter à la main les aiguilles, ne pas dépasser le niveau maximal de remplissage des collecteurs).
- L'information et la formation des professionnels.
- Connaître la conduite à tenir en cas d'AES.
- Respecter les règles d'asepsie du soin.

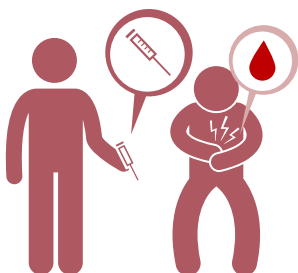
- 55 000 personnes sont victimes d'un AES chaque année en France.
- Le port de gants n'empêche pas la piqûre, mais permet de réduire le risque de séroconversion par un phénomène d'essuyage au moment de la piqûre.
- Le risque de séroconversion (suite à une piqûre) :
 - Hépatite B (30% si pas de vaccination)
 - Hépatite C (3%)
 - VIH (0.3%)
- Toutes les tuberculoses ne sont pas contagieuses, pour avoir un risque de contamination, il faut un temps de contact cumulé avec des personnes malades contagieuses (crachant et toussant) de 8 heures pendant les 3 derniers mois ou un contact étroit et prolongé dans une pièce confinée pendant plus de 5 heures.



LE SAVIEZ-VOUS ?

Vos seules armes pour vous prémunir contre les AES : votre vigilance et le respect des mesures de prévention.

Vous devez veiller vous-même à votre propre sécurité lors d'un soin.





LES RPS RISQUES PSYCHOSOCIAUX

Les RPS regroupent le stress, les violences externes (insultes, incivilités, agressions...) et les violences internes (harcèlement moral ou sexuel, conflits exacerbés...), un sentiment d'épuisement professionnel (burnout). Ils se traduisent par un mal-être au travail, ou une souffrance mentale et/ou physique.



Les signes d'alerte

- Troubles de l'humeur (Perte d'efficacité et d'intérêt dans le travail et la vie personnelle).
- Soucis de santé : maux de tête, douleurs, insomnies, palpitations...
- Modifications des habitudes de vie : consommation de café, tabac, alcool, drogues, médicaments (somnifères, anxiolytiques ...).



LES MESURES DE PRÉVENTION

- En parler avec vos collègues pour éviter l'isolement, être soutenu et partager vos expériences.
- En parler à votre médecin du travail en demandant une visite à la demande du salarié.
- En parler à votre médecin traitant, qui pourra vous orienter (psychologue, psychiatre, CMP...) vous conseiller et vous prescrire un traitement.
- En parler à l'inspection du travail.
- Se divertir, se récréer (loisirs, activité physique, moments de détente réguliers...)

En parler c'est déjà agir, cela permet de relativiser, et d'essayer de comprendre.



LE RISQUE **PHYSIQUE**

La charge physique est très présente dans les métiers paramédicaux.

Elle peut prendre des formes multiples :

- Se déplacer dans un service de soin.
- Transporter du matériel.
- Soulever ou transférer un patient.
- Tirer-pousser un chariot de soins ou un brancard.



Certaines contraintes de soins représentent un facteur de risque supplémentaire :

- La pression temporelle due au rythme et à la charge de travail.
- La répétitivité des gestes lors des toilettes ou des soins techniques.
- L'effort demandé lors du transfert de patient.
- Les positions de travail lors des interventions à domicile ou sur la voie publique.



LES MESURES DE PRÉVENTION

- Utiliser du matériel adapté aux soins et aux gestes prévus (lève personne, disque de transfert, drap de glisse...).
- Se former aux risques des contraintes posturales.
- Avoir une activité physique régulière et une bonne hygiène de vie.



LE RISQUE ROUTIER

Il s'agit des accidents matériels ou de personne, occasionnés par un véhicule et survenus à l'occasion :

- de l'activité dans l'entreprise,
- des trajets domicile-travail du salarié,
- des déplacements professionnels en véhicule personnel ou de service (professions libérales ...),
- des transports de personnes réalisés par des professionnels (ambulanciers ...).



Les facteurs de risque

- L'environnement (travaux sur la route, conditions météorologiques...).
- Le véhicule (équipement, entretien...).
- L'organisation de travail (horaires à respecter, planning...).
- Le conducteur (fatigue, vigilance, respect du Code de la route...).



LES MESURES DE PRÉVENTION

- Privilégier des véhicules correctement équipés (ABS, ESP, régulateur et limiteur de vitesse, airbag, gilet réfléchissant, triangle de pré-signalisation ...) et s'assurer de leur entretien.
- Respectez une bonne hygiène de vie (sommeil suffisant, alimentation saine et non alcoolisée, contrôle régulier de la vue).
- Attention au traitement personnel, certains médicaments altèrent la vigilance à la conduite.
- Adoptez une conduite responsable et respectez le Code de la route (pas de téléphone en conduisant, vitesse adaptée à l'environnement, respect des distances de sécurité ...).

- Les accidents routiers du travail représentent environ 3 % des accidents du travail et plus de 20 % des accidents mortels de travail.
- Environ un mort par quinzaine est dû à un accident de la circulation (1ère cause de mortalité au travail).
- En moyenne, 65 jours d'arrêt de travail pour un accident de trajet.
- La consommation d'alcool et cannabis multiplie le risque d'accident par 14.
- Téléphoner au volant multiplie par 5 le risque d'accident.



LE SAVIEZ-VOUS ?



- Surveillez les signes liés à la fatigue (difficultés à maintenir une vitesse et une trajectoire constantes, nuque raide, tête lourde, bâillements, picotements des yeux, périodes d'absence/micro sommeils).
- Réglez votre position de conduite.
- Faites des pauses régulièrement (toutes les 2 heures).
- Ne pas consommer d'alcool et/ou de drogues.



LE RISQUE CHIMIQUE

De nombreux agents chimiques dangereux sont utilisés en milieu de soins, il est important de les identifier pour s'en protéger.

On les retrouve :

- Dans les produits de nettoyage ou de désinfection.
- Dans les traitements (chimiothérapie, gaz anesthésiques...).
- Dans les fluides biologiques sous forme de déchets, résidus (patient traité par chimiothérapie...).

La contamination peut se faire par différentes voies :

- Respiratoire : vapeurs, gaz, poussières et aérosols.
- Cutanées : produits traversant la peau saine ou lésée.
- Digestive : mains souillées, ongles rongés, cigarettes, ingestion accidentelle.



Les principaux effets sur la santé :

- Réactions cutanées : brûlure, irritations...
- Troubles respiratoires : asthme, asphyxie...
- Irritations sensorielles : perte d'odorat, eczéma...
- Effet sur certains organes cibles, voie d'élimination ou de métabolisme (foie, rein).
- Cancer...



LES MESURES DE PRÉVENTION

Protégez vos mains :

- pas de port de bijoux, de vernis,
- lavage de mains selon les préconisations de l'INRS
- port de gants en nitrile.

Protégez vos bras :


- évitez tout contact cutané (selon l'activité, port de blouse ou surblouse manches longues avec poignets serrés).









- Les gants ne constituent pas une barrière absolue et cette barrière diminue avec le temps. Il est conseillé de les changer dès qu'ils sont souillés, entre chaque soin et chaque patient et de privilégier les gants en nitrile aux gants vinyle.
- 15% des personnels soignants sont exposés à au moins un produit cancérogène.



LE SAVIEZ-VOUS ?

Apprenez à décoder l'étiquette !



j'explose			je tue
je flambe			j'altère la santé
je fais flamber			je nuis gravement à la santé
je suis sous pression			
je pollue			je ronge

Protégez vos yeux et voies respiratoires :

- port de lunettes de protection en cas de risque de projection,
- masque FFP2 ou FFP3 si utilisation d'aérosols,
- repérez les pictogrammes sur les étiquetages des produits utilisés.

POUR EN SAVOIR PLUS

www.inrs.fr



Plus d'information
sur notre site internet



sstrn.fr



[sstrn_44](https://twitter.com/sstrn_44)



[sstrn44](https://www.linkedin.com/company/sstrn44)



[sstrn_44](https://www.instagram.com/sstrn_44)