

INFORMATION CORONAVIRUS COVID-19

PROTÉGEONS-NOUS LES UNS LES AUTRES



Se laver régulièrement les mains ou utiliser une solution hydro-alcoolique

Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir

Se moucher dans un mouchoir à usage unique puis le jeter

Eviter de se toucher le visage

Respecter une distance d'au moins un mètre avec les autres

Saluer sans serrer la main et arrêter les embrassades

En complément de ces gestes, porter un masque quand la distance d'un mètre ne peut pas être respectée

GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS 0 800 130 000 (appel gratuit)

Edito

Ce lundi 11 mai a marqué le début du déconfinement, date très attendue par toute la population. Mais, ce 11 mai ne signifie en aucun cas la fin de l'épidémie et la reprise d'une vie normale, « comme avant » (même si la tentation est forte pour chacun de laisser rapidement derrière nous cette période inédite).

Aussi, nous devons tous rester très vigilants, comme vous l'avez été depuis le début de cette crise sanitaire, afin d'enrayer la propagation de l'épidémie et la réactivation de celle-ci. Le respect des protocoles définis et des gestes barrières reste donc plus que jamais d'actualité. Mais, je sais que chacun d'entre vous a et aura à cœur de poursuivre les efforts et l'engagement dont on fait preuve les équipes de la filière HAD depuis de nombreuses semaines pour mener leurs missions dans les meilleures conditions possibles.

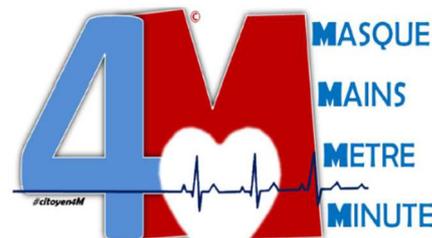
D'ores et déjà, nous pouvons tous être extrêmement fiers de la façon dont la Mutualité Française Aisne Nord Pas de Calais et ses professionnels HAD ont abordé cette crise, en contribuant à apporter un véritable service et soutien à la prise en charge sécurisée des patients.

M. Julien Froment-Godin
Directeur Général

(Se) Protéger - La règle des 4M : Masque, Mains, Mètre, Minute

Comme annoncé par le Premier Ministre dans le plan de déconfinement, il nous faut apprendre à vivre avec le virus Covid-19 jusqu'à la découverte du vaccin en se protégeant. Face au déconfinement progressif et à la reprise de l'activité sur sites de l'ensemble des professionnels de l'HAD, les mesures barrières doivent davantage être renforcées afin de contenir l'épidémie.

La règle des 4M a été créée par le Dr Guillaume Zagury, médecin généraliste à Wuhan, et le Dr Hugues Lefort, médecin chef de la structure des urgences de l'Hôpital d'instruction des armées Legouest de Metz. Elle permet de retenir facilement les gestes et mesures barrières à appliquer constamment, notamment en période de déconfinement.



- **MASQUE** : Le port du masque demeure obligatoire si l'on est malade ou soignant, toujours et encore.
- **MAINS** : S'il est fondamental de respecter un lavage des mains scrupuleux à l'eau et au savon ou avec des solutions hydroalcooliques lorsque le lavage des mains n'est pas possible en déplacement, il est aussi nécessaire d'apprendre à limiter les contacts de ses mains et son corps avec le mobilier ou les objets. Rappelez-vous : "on touche avec les yeux".
- **MÈTRE** : La distanciation sociale doit être maintenue, même si elle va certainement s'assouplir dans le temps. En cas d'impératif de déplacement et de contact avec une autre personne, veillez à toujours maintenir une distance minimum d'un mètre entre vous.
- **MINUTE** : Maintenir une distance minimum c'est important, mais gérer le temps de présence est tout aussi primordial. Limitons nos interactions au strict nécessaire, et cela, autant que possible, au travail comme lors des périodes de repos.

Equipements de protection individuelle des salariés HAD

Tous les professionnels (soignants et administratifs) doivent porter un masque chirurgical dans les locaux de l'HAD dès lors que la distanciation physique recommandée n'est pas respectée.

Le masque est à changer :

- Quand vous l'avez porté 4h.
- Quand vous souhaitez manger ou boire.
- S'il est humide.
- S'il est endommagé.

Il est à éliminer dans la filière DASRI.

Consulter sur BMS les modalités d'utilisation des masques.



LE PORT D'UN MASQUE COMPLÈTE LES GESTES BARRIÈRES MAIS NE LES REMPLACE PAS

Règles de précautions d'hygiène complémentaires à appliquer au quotidien

Se désinfecter les mains à l'entrée et à la sortie des locaux de l'HAD, bureaux, salles de réunions, véhicules...



Espaces et outils de travail :

- Nettoyer fréquemment les espaces à risques : postes de travail (notamment en cas de bureaux partagés), matériels communs : imprimante, téléphone, etc.
- Utiliser son propre matériel.
- Aérer fréquemment les locaux (au moins 3 fois par jour) en ouvrant les fenêtres entre 10 et 15 minutes.
- Laisser les portes des bureaux ouvertes pour éviter la manipulation de la poignée.
- Après utilisation des sanitaires, désinfecter la commande des WC et les poignées de porte.

Flux de personnes :

- Respecter une distance physique de 1 mètre à 1,5 mètre (soit 4m² sans contact autour de chaque personne).
- Respecter le circuit d'entrée et de sortie (circuit propre et sale) dans les locaux de l'HAD (personnels soignants).
- Limiter les réunions en présentiel au strict nécessaire, en respectant la distance préconisée. Favoriser les audioconférences et visioconférences.
- Limiter les regroupements de salariés dans des espaces réduits et les pauses collectives.



L'espace pause et repas :

- Laver ses mains avant et après le déjeuner, ainsi qu'avant et après utilisation des équipements partagés (micro-ondes, réfrigérateurs).
- Nettoyer les poignées avant et après chaque usage des équipements partagés.
- Utiliser ses couverts personnels.

Véhicule partagé :

- Prévoir la désinfection des surfaces de contact entre chaque utilisateur (volant, boutons de commande, levier de vitesse, etc.).
- Porter un masque chirurgical en cas de covoiturage OU favoriser la distance (la 2^{ème} personne se place en quinconce sur le siège arrière).



Le plan de reprise de l'activité de la Mutualité française Aisne Nord Pas de Calais SSAM est disponible sur l'intranet. Il est également à consulter et à émarger sur Blue Médi Santé.

Les professionnels se rendant au domicile poursuivent l'application des précautions d'hygiène mentionnées dans les documents disponibles sur Blue Médi Santé.

Mes déplacements dans le cadre de l'épidémie Covid-19

Cette première phase de déconfinement n'implique plus l'obligation de se munir de documents pour les déplacements de moins 100 Km. Pour les déplacements de plus de 100 km et en dehors du département, une attestation doit être complétée (disponible sur Blue Médi Santé et au format électronique sur le site du Ministère de l'Intérieur). Un justificatif de domicile datant de moins d'un an doit également être présenté.

Concernant les déplacements professionnels, assurez-vous d'être en règle ; prenez conseil auprès du responsable support de l'HAD.



La minute bien-être : prenez soin de vos mains

Depuis le début de l'épidémie, il est recommandé de se laver très souvent les mains, d'utiliser les solutions hydro-alcooliques (SHA) et les bio-nettoyants pour les surfaces, encore plus fréquemment que d'habitude.

PREVENIR CETTE IRRITATION EST PRIMORDIALE

- Contrairement aux idées reçues, les SHA n'aggravent pas la sécheresse et ne provoquent pas de dermite d'irritation, mais elles sont mal tolérées lorsque les mains sont abîmées.
- Ce sont principalement les lavages de mains, à l'eau et au savon, itératifs (> 10/jour), et l'utilisation des bio-nettoyants à mains nues, qui irritent les mains.

N'attendez pas que vos mains soient abîmées pour appliquer des crèmes émollientes. Appliquez-les en dehors des périodes de travail, pour éviter l'interaction avec le SHA. Mettez-les plusieurs fois par jour, au moins 3 fois. Privilégier les crèmes sans parfum.



RECOMMANDATIONS POUR GARDER VOS MAINS SAINES

- Lors des soins aux patients, privilégier l'utilisation exclusive des SHA.
- **Frotter les mains jusqu'au séchage complet de la SHA.**
- Ne pas laver les mains au savon et utiliser la SHA en même temps.
- En cas de lavage des mains à l'eau et au savon en présence de souillures :
 - Ne jamais utiliser de savon antiseptique.
 - Utiliser de l'eau tiède, mouiller les mains avant d'appliquer une seule dose de savon.
 - Effectuer un rinçage parfait.
 - Bien sécher par « tamponnement doux » (et non par frottement).
- Attendre que les mains soient bien sèches avant d'enfiler des gants.
- Éviter de porter les gants plus de 30 minutes d'affilée.
- Porter des gants lors de la manipulation de produits irritants (liquide vaisselle, détergents...).
- Protéger vos mains du froid en portant des gants à l'extérieur (en hiver).