



RÉPUBLIQUE
FRANÇAISE

Liberté
Égalité
Fraternité



#COVID19

Mesures d'hygiène à domicile pour les patients COVID + et leur entourage

Date : 25 mai 2020

La durée de respect de ces mesures d'hygiène à domicile est indiquée par le médecin traitant lors de leur mise en place.

Public cible :
Grand Public

1. Confinement et mesures barrières

Le malade doit être isolé dans une seule pièce qui lui servira de lieu de vie, dans laquelle il séjournera, dormira et se restaurera. Dans la mesure du possible, cette pièce sera sans moquette, ni tapis.

Lorsqu'il est amené à en sortir, il porte un masque anti-projections de type chirurgical et applique les mesures barrières d'hygiène des mains (friction avec une solution hydro-alcoolique, lavage) et de distanciation, sans contacts directs. S'il doit se moucher, il utilise un mouchoir à usage unique qu'il ramène dans sa chambre.

Il évite de toucher les denrées alimentaires qu'il ne consommera pas lui-même. En ce sens, la préparation des repas sera effectuée par un autre membre de la famille.

Si plusieurs WC et salles de bains sont disponibles, l'un doit être dédié à la personne malade, si possible avec abattant. Si le WC dispose d'un abattant, l'abaisser avant de tirer la chasse d'eau, pour éviter la projection de gouttelettes sur les surfaces. Privilégier un rouleau de papier hygiénique personnel pour le malade.

Ne pas partager entre plusieurs membres de la famille l'usage des serviettes de toilettes et gants.

2. Lavage des mains

Pour tous les occupants du logement :

- Réaliser l'hygiène des mains (lavage à l'eau et au savon ou par un produit hydro-alcoolique)
- avant de préparer les repas, de les servir et de manger
- avant tout contact avec les yeux (port de lentille, maquillage...)
- avant de sortir de chez soi
- après chaque utilisation des WC ou nettoyage des WC ou du mobilier sanitaire
- après s'être mouché, avoir toussé ou éternué
- après avoir rendu visite à une personne malade
- après chaque sortie à l'extérieur, avoir pris les transports en commun (ou partagés), avoir touché aux parties communes d'un immeuble
- après toute manipulation d'un masque (tout type de masque)

Il est recommandé de se laver les mains à l'eau et au savon pendant 30 secondes puis de les sécher avec une serviette propre ou à l'air libre.

Pour la friction hydroalcoolique, il est recommandé d'avoir les mains visuellement propres et de respecter les 6 étapes (paume contre paume/dos des mains/entre les doigts/les dos des doigts/les pouces/le bout des doigts et des ongles).

En tout état de cause, le lavage des mains à l'eau et au savon ou par un produit hydro-alcoolique doit être effectué au moins 4 à 6 fois par jour.

3. Nettoyage et entretien

Des sols et des surfaces

Si le temps le permet, ouvrir une fenêtre avant de débiter le nettoyage.

Eviter d'utiliser l'aspirateur ou le balai (générateur d'aérosols) pour le nettoyage des sols

Laver les surfaces hautes, notamment les poignées de porte, interrupteurs, table de nuit, puis laver les sols avec le produit nettoyant usuel disponible en respectant les consignes d'usage du fabricant.

Pour désinfecter ensuite les surfaces et les sols, à défaut d'un produit nettoyant et désinfectant prêt à l'emploi (respectant la norme EN 14 476), utiliser de l'eau de javel diluée¹.

Respecter les temps de contact pour atteindre le niveau d'efficacité (5 à 10 minutes selon le produit utilisé).

Privilégier l'utilisation d'un bandeau à usage unique (lingette jetable), ou lavable en machine à 60°C minimum (serpillière).

Des sanitaires

Pour l'entretien des WC, utiliser de l'eau de Javel diluée¹ ou un autre désinfectant virucide.

Nettoyer la cuvette des WC par brossage après chaque tirage de la chasse d'eau.

Quand le malade ne dispose pas de WC séparés, nettoyer et désinfecter quotidiennement, minimum 2 fois par jour, y compris après la guérison (jusqu'à 15 jours après la fin des signes cliniques).

On peut utiliser des pastilles de Javel concentrées prêtes à l'emploi ou un désinfectant ménager équivalent contenant 0,5 % de chlore actif ou une solution de javel diluée¹, en laissant agir pendant 5 min.

Désinfecter par trempage à l'eau de Javel diluée¹ le matériel utilisé pour le nettoyage des surfaces, du mobilier sanitaire, (brosses, éponges, linges).

Des ustensiles et surfaces vecteurs de contamination

Certaines autres surfaces sont susceptibles d'être un vecteur de contamination et doivent être régulièrement désinfectées (lavabo, poignées de portes, interrupteurs, smartphone, ...).

Il est possible d'utiliser des lingettes désinfectantes prêtes à l'emploi ou un papier essuie-tout imprégné d'une solution désinfectante, sous réserve que le matériau y soit résistant.

Des procédures spécifiques sont disponibles sur internet pour les objets fragiles tels que les smartphones.

4. Aération, ventilation

La chambre du malade doit être aérée trois fois par jour pendant 15 minutes minimum.

Il faut ventiler en ouvrant en grand la fenêtre de cette pièce, de façon séparée du reste du logement, en maintenant fermée la porte de la pièce et en assurant le plus possible son étanchéité (si possible calfeutrage par boudin de bas de porte).

Avant de sortir de la pièce où il séjourne, le malade l'aère à nouveau pendant quelques minutes.

Pour le reste du logement, il est recommandé de procéder à une aération régulière par ouverture des fenêtres avec les règles habituelles d'ouverture (10 minutes matin et soir), en dehors des périodes d'aération de la chambre du patient (pour éviter les courants d'air).

Il est recommandé, pour le système de ventilation, de :

- Veiller à ce que les orifices d'entrée d'air en pièces de vie ne soient pas obstrués ;
- Veiller à ce que les bouches d'extraction dans les pièces de service ne soient pas obstruées ;
- Vérifier le fonctionnement du groupe moto-ventilateur d'extraction de la VMC.

Les membres du foyer doivent cesser toute consommation de tabac au domicile car le malade ne doit pas être exposé au tabagisme actif comme passif, facteur aggravant de l'infection Covid 19.

Dans le cas d'un logement ne disposant que d'une seule pièce (studio), il est conseillé dans la mesure du possible que les autres occupants du logement soient hébergés dans un autre logement (familial ou dans un lieu dédié, par ex. hôtel, résidence).

5. Entretien du linge et des draps

Dans toute la mesure du possible, le patient réalisera personnellement l'entretien de son linge et de ses draps.

Ne pas secouer les draps et le linge, ne pas plaquer les draps et le linge contre soi et les transporter directement dans la machine à laver le linge, sans déposer intermédiaire dans le logement.

Laver le linge de literie à 60 °C pendant 30 min au minimum, séparément du linge du reste de la famille.

6. Gestion des déchets contaminés Covid 19 ou susceptibles de l'être

Éliminer les déchets contaminés ou susceptibles d'être contaminés par le Covid 19 dans la filière des **ordures ménagères** en respectant les précautions suivantes :

- Les déchets les plus contaminés, notamment les masques, mouchoirs à usage unique, sont placés dans un sac poubelle dédié, si possible opaque et disposant d'un système de fermeture (liens traditionnels ou liens coulissants) et d'un volume adapté (30 litres au maximum).
- Si un professionnel de santé intervient pour des soins à domicile, il pourra jeter ses équipements de protection usagés dans ce même sac.
- Ce sac plastique se trouve dans la pièce où la personne infectée est en confinement, pour qu'elle y place ses déchets.
- Lorsque ce sac poubelle est presque plein, il est fermé en veillant à ne pas emprisonner trop d'air et il est placé dans un deuxième sac poubelle répondant aux mêmes caractéristiques, qui sera également fermé.
- Les déchets sont **stockés ainsi durant 24 heures au domicile** (afin de réduire fortement la viabilité du virus) avant leur élimination via la filière des ordures ménagères.

Cette procédure de stockage doit être réalisée jusqu'à la fin des symptômes respiratoires du malade.

Dans la chambre, on dispose un autre sac poubelle dédié aux autres déchets dont les restes de repas, que le malade pourra si possible jeter lui-même dans le sac après chaque repas.

Attention : ne jamais placer les masques ou mouchoirs papier dans le bac de collecte des recyclables.

Ces recommandations seront réactualisées si les recommandations nationales évoluent.

Document élaboré sur la base des références nationales :

- Fiche Covid 19 : Lignes directrices pour la prise en charge en ville des patients symptomatiques en phase épidémique de covid-19 du 18/03/2020
- Fiche Covid 19 : Prise en charge en ville par les médecins de ville des patients symptomatiques en phase épidémique de covid-19 du 18/03/2020
- Fiche Covid 19 : Élimination des déchets contaminés ou susceptibles d'être contaminés par le Coronavirus chez les personnes malades ou susceptibles d'être infectées maintenues à domicile
- Avis HCSP relatif à la réduction du risque de transmission du SARS-CoV-2 par la ventilation et à la gestion des effluents des patients COVID-19 du 17/03/2020
- Avis HCSP relatif à la gestion des déchets d'activités de soins (DAS) produits au cours de l'épidémie de Covid-19, en particulier en milieu diffus du 19/03/2020
- Avis HCSP relatif au nettoyage du linge et des locaux d'un patient confirmé et protection des personnels du 10/04/2020
- Avis HCSP relatif aux Mesures barrières et de distanciation physique en population générale du 24/04/2020