

## CHAPITRE 5

# Prévention des infections

Dans ce chapitre :

<b>La prévention des infections peut sauver la vie .....</b>	<b>49</b>
Les infections sont causées par des microbes .....	49
Comment les microbes entrent dans l'organisme .....	50
<b>Prévenir les infections en éliminant les microbes .....</b>	<b>52</b>
<b>Se laver les mains et porter des vêtements de protection .....</b>	<b>53</b>
Lavez-vous souvent les mains .....	53
Portez des gants .....	54
Protégez-vous contre les infections. . .	56
<b>Nettoyer les espaces et la literie .....</b>	<b>57</b>
Nettoyer les espaces .....	57
Nettoyer ou stériliser la literie. . . . .	58
<b>Nettoyer et stériliser les instruments .....</b>	<b>59</b>
Faites tremper vos instruments. . . . .	59
Nettoyez vos instruments .....	59
Stérilisez vos instruments .....	59
Stérilisation au four .....	61
Stérilisation par vapeur sous pression. . . . .	61
Stérilisation par ébullition .....	62
Stérilisation par la vapeur. . . . .	62
Utilisation de produits chimiques . . .	63
Certains instruments nécessitent un traitement spécial. . . . .	65
<b>Se débarrasser des déchets sans polluer .....</b>	<b>67</b>
Enfouissement des déchets .....	68

# Prévention des infections



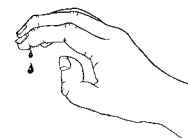
## La prévention des infections peut sauver la vie

Quand on a une infection, on tombe malade et on peut même en mourir. L'infection est l'une des causes principales de mort après un accouchement. Les interventions qui nécessitent l'introduction d'instruments médicaux dans le vagin de la femme, comme la pose d'un stérilet (DIU) ou l'aspiration manuelle (AMIU), peuvent aussi causer une infection. Une grande partie du travail d'une sage-femme, et toute autre intervention dans le vagin de la mère (intervention effractive, c'est-à-dire où un objet entre à l'intérieur du corps), ne peuvent être faits sans danger que si vous pouvez suivre les étapes décrites dans ce chapitre pour prévenir les infections.



Les microbes peuvent vivre sur des instruments, même sur ceux qui ont l'air propre.

Ce chapitre explique comment éviter une infection en éliminant ou en luttant contre les microbes dangereux. Les microbes sont de tout petits organismes qui transmettent des maladies. Ils se trouvent partout, mais sont si petits qu'ils ne peuvent être vus qu'avec un microscope. Les microbes dangereux qui sont dans le sang, dans les selles, les liquides de l'organisme (comme le sperme et le liquide amniotique), dans la terre et dans les choses sales peuvent provoquer de graves maladies quand ils entrent dans le corps de quelqu'un



Les microbes vivent dans les liquides du corps, comme le sang.

## Les infections sont causées par les microbes

Certaines maladies, comme l'arthrite, le diabète, l'asthme, et l'épilepsie ne sont pas causées par des microbes. Elles ne peuvent pas être transmises d'une personne à une autre.

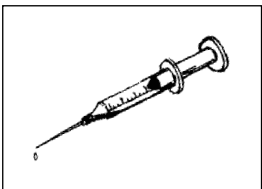
Les autres maladies comme la rougeole, l'hépatite, le tétanos, les infections de l'utérus, le VIH, la grippe et la malaria sont appelées infections car elles sont causées par des microbes. Les gens tombent malades quand les microbes qui causent ces infections entrent dans leur corps.

## Comment les microbes entrent dans le corps

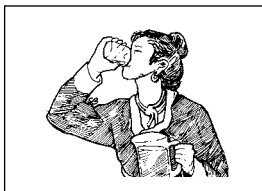
Les microbes entrent dans le corps de plusieurs manières.



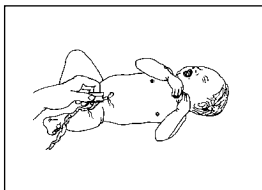
**Certains microbes entrent à travers le sperme ou le mucus vaginal** (deux liquides du corps) pendant les rapports sexuels. Le VIH et les autres infections sexuellement transmissibles, comme la chlamydia et la gonorrhée, peuvent être transmis de cette manière.



**Certains microbes passent à travers le sang**, quand le sang ou les liquides du corps d'une personne infectée entrent par une blessure ou à travers la peau, par exemple une aiguille qui a été utilisée pour perforer la peau ou pour donner une injection. Le VIH, l'hépatite B et l'hépatite C peuvent être transmis de cette manière.



**Certains microbes vivent dans l'eau sale**, et entrent dans le corps quand les gens boivent de cette eau. Le choléra et les maladies qui causent la diarrhée sont transmis de cette manière.



**Certains microbes vivent dans la terre, sur la peau ou dans l'air**, et ils ne sont dangereux que quand ils entrent dans le sang d'une personne. Ces microbes peuvent entrer dans le sang quand l'instrument qui porte des microbes est mis dans l'utérus d'une femme, ou quand on coupe la peau ou le cordon ombilical d'un bébé. Le tétanos et l'infection de l'utérus sont transmis de cette manière.



**Certains microbes passent par l'air** quand une personne malade tousse ou éternue. Le rhume, la grippe et la tuberculose se transmettent de cette manière.

### **Tenez les personnes malades à l'écart des accouchements**

Une chose simple que peuvent faire les sages-femmes pour prévenir une infection, est de tenir les personnes malades à l'écart des femmes qui sont enceintes ou en train d'accoucher. Éloignez toute personne qui a un mal de gorge, de la toux, de la fièvre, ou une autre maladie transmise par des microbes, de l'endroit où une femme va accoucher. Et ne laissez pas les gens qui ont une lésion (plaie, blessure, ampoule, éruption cutanée) à la main ou au visage toucher un nouveau-né.



Oh mon Dieu !  
Juana est en travail  
et j'ai la fièvre !

Il faut que je  
demande à une  
autre sage-  
femme d'aller  
l'assister.



*Mais je suis la seule sage-femme du village ! Il faut que j'aie assisté l'accouchement.*

Si vous êtes malade et devez assister un accouchement, recouvrez-vous le nez et la bouche avec une écharpe, un morceau de tissu, ou un masque propres. Lavez-vous souvent les mains, et couvrez-vous la bouche avec la main si vous avez de la toux ou un rhume. Il faut nécessairement vous laver les mains chaque fois que vous avez éternué ou toussé. Essayez aussi de ne pas trop toucher le bébé.

## Tout le monde peut porter des microbes qui causent une maladie

Les gens ne savent pas toujours qu'ils ont une infection. Et il est impossible de savoir de quel genre de microbes une personne est porteuse simplement en la regardant. Certaines personnes ont des microbes dans leur sang ou dans les liquides de leur corps, bien qu'elles semblent bien portantes.

Pour prévenir et arrêter la transmission des infections dangereuses, comme l'hépatite et le VIH, les soignants doivent traiter chaque personne comme si elle portait des microbes dangereux dans les liquides de leur corps. Les soignants peuvent empêcher la transmission des microbes :

- en portant des gants et d'autres vêtements de protection pour empêcher le sang et les autres liquides du corps infectés par les microbes, de les toucher eux-mêmes ou de toucher les autres.
- en nettoyant et en stérilisant les instruments qu'ils utilisent pendant les accouchements et les autres interventions.

*Attends ! J'ai besoin de gants avant de toucher son placenta.*



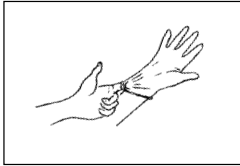
**Remarque :** une bonne santé générale peut contribuer à éviter une infection.

Alimentation saine, repos suffisant et bien-être psychologique et spirituel, toutes ces choses sont importantes pour la santé. Parfois, elles suffisent à aider les gens à lutter contre les microbes qui entrent dans le corps, et permettent ainsi de ne pas tomber malade.

Mais pendant l'accouchement et les interventions médicales effractives, l'organisme de la femme est plus exposé et plus vulnérable aux infections, et même sa bonne santé ne suffit pas à la protéger. Les microbes qui sont généralement hors de son corps peuvent entrer dans l'utérus. Les blessures sur la peau rendent aussi les gens plus vulnérables aux infections, car la peau empêche normalement les microbes d'entrer dans le corps. Même une piqûre peut causer une infection, si la seringue porte des microbes dangereux.

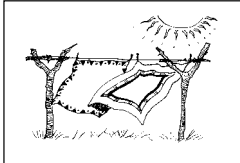
## Prévenir les infections en luttant contre les microbes

Voici les règles de base pour prévenir les infections.



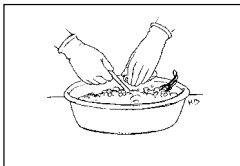
### Nettoyez-vous les mains et portez un vêtement de protection.

Lavez-vous souvent les mains et portez un vêtement de protection pour empêcher que les microbes ne passent d'une personne à une autre, et ne vous touchent (voir page 53).



### Nettoyez les espaces et la literie.

Nettoyez les endroits où ont lieu les accouchements et les examens, pour éliminer les microbes (voir page 57).



### Nettoyez et stérilisez les instruments.

Lavez et stérilisez les instruments pour tuer les microbes (voir page 59).



### Débarrassez-vous des déchets avec précaution.

Jetez les déchets de choses que vous avez utilisées en faisant attention, car les habitants de la communauté pourraient tomber malades à cause des microbes que contiennent ces déchets (voir page 67).

**Remarque :** les infections se transmettent facilement quand un soignant s'occupe de plusieurs malades. Par exemple, si ses mains ne sont pas propres et que ses instruments ne sont pas stérilisés, il transmettra les microbes d'une femme à l'autre, et ainsi de suite. C'est pour cette raison qu'une femme qui accouche dans un hôpital ou une maternité, en compagnie de plusieurs autres femmes, a plus de risques d'infection qu'une femme qui accouche chez elle.

### Adaptez le contenu de ce livre selon votre milieu

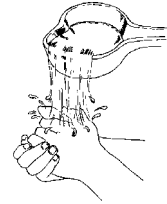
Ce chapitre contient beaucoup d'instructions détaillées sur la prévention des infections. Ces instructions sont toutes importantes, mais elles ne sont peut-être pas toutes applicables dans votre cas. Vous devrez choisir celles que vous pouvez appliquer, ou trouver des moyens d'adapter ces instructions à votre milieu.



# Lavez-vous les mains et portez des vêtements de protection

## Lavez-vous souvent les mains

Se laver les mains est l'une des choses les plus importantes que vous puissiez faire pour prévenir les infections. Cela vous empêche de transmettre les microbes à une autre personne, tout en vous protégeant vous-mêmes contre ces microbes. Si vous ne pouvez faire rien d'autre pour prévenir une infection, lavez-vous au moins les mains.



Lavez-vous les mains avec du savon et de l'eau propre. Si vous n'avez pas de savon, vous pouvez utiliser de la cendre (pas de la terre !). N'oubliez pas de bien rincer le savon ou la cendre. Quand vous vous lavez les mains, surtout quand vous les rincez, utilisez de l'eau propre qui coule, pas de l'eau contenue dans un bol. Quand vous vous lavez les mains dans un bol, les microbes qui passent dans l'eau reviennent à nouveau sur vos mains.

Lavez-vous toujours les mains avant de toucher le corps d'une femme. Lavez-vous aussi les mains après avoir touché son corps, ou quelque chose qui est taché de son sang ou d'un liquide venant de son corps (comme le placenta). Lavez-vous les mains avant de mettre vos gants, et aussi après les avoir enlevés. Si vous êtes en train d'assister plus d'une femme à la fois, comme à l'hôpital, il est très important de se laver les mains après chaque intervention.

Se laver les mains normalement élimine la plupart des microbes. Mais, parfois, pour éliminer plus de microbes, vous devrez vous laver les mains pendant 3 minutes au moins, tout en vous frottant sous les ongles pour les nettoyer.

### Comment se laver les mains pendant 3 minutes :

Avant de commencer à vous laver les mains, enlevez d'abord vos bagues, vos bracelets et autres bijoux.



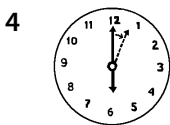
Lavez-vous les mains et les bras avec du savon et de l'eau propre jusqu'aux coudes.



Frottez entre les doigts.



Si vous avez une brosse propre, nettoyez-vous les.



Continuez de frotter, de brosser et de vous laver les mains et les bras pendant 3 minutes ! Passez la plus grande partie de ce temps sur vos mains.



Rincez-vous les mains avec une eau courante propre.



Séchez-vous les mains à l'air libre, au lieu de vous servir d'une serviette. Ne touchez rien jusqu'à ce que vos mains aient séché.

## Lavez-vous toujours les mains pendant 3 minutes :

*avant :*

- de toucher le vagin de la mère
- de faire un examen pelvien
- d'accoucher le bébé
- de coudre une déchirure
- d'introduire un DIU (voir chapitre 21, page 388)
- de faire une aspiration manuelle (AMIU) (voir chapitre 23, page 416)



*après :*

- avoir rangé et nettoyé après un accouchement
- avoir touché du sang ou d'autres liquides du corps
- avoir uriné ou être allée à la selle

## Une solution d'alcool et de glycérine pour se laver les mains

Vous pouvez préparer une solution simple pour vous laver les mains si vous n'avez pas d'eau propre. Si vous l'utilisez correctement, cette solution tuera la plupart des microbes qui sont sur vos mains.

Mélangez 2 millilitres de glycérine à 100 millilitres d'alcool isopropylique ou éthylique de 60 à 90%.

Pour vous nettoyer les mains, utilisez environ 5 millilitres (1 petite cuillère, ou cuillère à café) de cette solution. Nettoyez entre vos doigts et sous vos ongles. Continuez de vous frotter les mains jusqu'à ce qu'elles soient sèches. Ne vous rincez pas les mains, et ne les essuyez pas avec du tissu.

### Une eau propre

Tout au long de ce livre, nous parlons de l'importance de se laver les mains et de laver ses instruments. Mais cela ne sert à rien si vous n'utilisez pas de l'eau propre. Si dans votre communauté l'eau contient des microbes, assurez-vous qu'on a fait bouillir cette eau avant de l'utiliser pour vous laver les mains ou les instruments avant un accouchement.



## Portez des gants



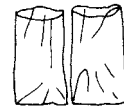
Les gants en plastique ou en latex protègent les femmes contre les microbes qui peuvent se cacher sous vos ongles ou sur vos mains.

Ils vous protègent aussi contre les infections. Portez des gants propres chaque fois que vous touchez les parties génitales de la mère, le sang ou les autres sécrétions (liquides du corps).

Pendant les interventions effractives, ou quand vous touchez des instruments qui ont été stérilisés, vous devez porter des gants stériles.

### Des sachets en plastique à la place des gants

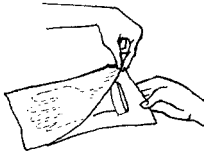
Si vous n'avez pas de gants, utilisez des sachets en plastique qui ont été lavés avec du



savon désinfectant. Les sachets sont plus difficiles à utiliser que les gants, mais cela vaut mieux que des mains nues. Dans le reste du livre, nous ne parlerons que de gants. **Mais utilisez des sachets en plastique si vous n'avez pas de gants.**

### Comment mettre des gants stériles

1



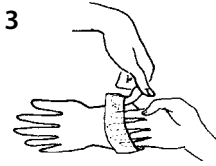
Ouvrez le paquet sans toucher les gants. Ne touchez pas l'extérieur d'un gant stérile avec votre main, ou il ne sera plus stérile.

2



Lavez-vous les mains soigneusement. Laissez les sécher à l'air.

3



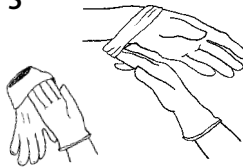
Les gants devraient être pliés au poignet. Prenez un gant par le dessous du poignet et glissez votre main dedans. Ne touchez pas l'extérieur du gant.

4



Faites glisser votre main dans le gant, tout en tirant avec votre doigt passé à l'intérieur du gant.

5



Prenez le deuxième gant en passant votre main gantée dans le pli du poignet. Glissez votre main dans le gant.

6



Une fois que vous avez mis vos gants, ne touchez plus d'objet qui ne soit pas stérile – sinon les gants ne seront plus stériles.

Entraînez-vous avec la même paire de gants encore et encore jusqu'à cela devienne facile.

### Rappelez-vous que :



si vous vous lavez soigneusement les mains...



et mettez des gants stériles...



et que vous vous grattez la tête après...



vos gants ne seront plus stériles!

Bien sûr, quand vous touchez une femme, il y aura des microbes sur vos gants, mais ne transférez pas des microbes d'une partie du corps à une autre. Par exemple, si vous touchez l'anus d'une femme où il y a beaucoup de microbes, ne mettez pas ensuite vos doigts dans son vagin en portant les mêmes gants. Les microbes qui proviennent de l'anus peuvent infecter la femme s'ils entrent dans son vagin ou son utérus.

Après avoir utilisé une paire de gants une fois, jetez-les, ou stérilisez-les avant de les réutiliser (voir page 66).



## Protégez-vous des infections

Les sages-femmes doivent se protéger elles-mêmes des microbes et des infections. Vous ne pourrez pas aider les femmes si vous êtes vous-même malade, et si vous êtes infectée par des microbes dangereux, vous pourrez facilement leur transmettre.

Certains microbes qui causent des maladies graves, comme le sida et l'hépatite B, ne vivent que dans le sang, l'urine, les selles, la poche des eaux et d'autres liquides du corps. On ne peut donc pas attraper ces maladies en touchant uniquement la peau de quelqu'un. Mais les virus (sortes de microbes) qui causent le sida et l'hépatite B peuvent vous infecter si un liquide infecté entre dans une blessure ou une coupure sur votre peau – même si petite qu'on ne la voit pas (voir page 99). Évitez de recevoir du sang et d'autres sécrétions sur les vêtements et la peau, et s'ils vous touchent, lavez-les immédiatement à l'eau et au savon.

### Portez un vêtement de protection

Vous n'avez pas besoin de matériel cher pour vous protéger. Vous pouvez porter un tablier ou une chemise par-dessus vos vêtements ; des lunettes normales, ou des lunettes protectrices en plastique ; et des chaussures fermées. Lavez tous vos habits tachés. Si vos yeux ou votre bouche entrent en contact avec des liquides du corps, rincez-les à l'eau propre ou avec une solution saline (eau et un peu de sel).



Si vous n'avez pas de vêtement spécial pour vous protéger du sang et d'autres liquides du corps, vous pouvez en faire un avec ce que vous avez déjà.

### Attention aux aiguilles !

Si une seringue a servi à donner une piqûre, ou une aiguille a été utilisée pour recoudre une déchirure du vagin, l'aiguille est tachée de sang, et une piqûre accidentelle vous exposera aux microbes. Tenez les aiguilles en éloignant leur pointe de votre corps. Ne les laissez pas traîner.

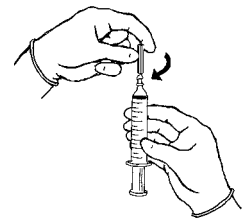
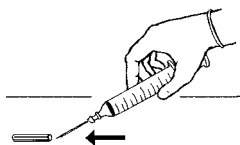
Utilisez les aiguilles une seule fois, et jetez-les dans une boîte spéciale (voir page 68). Il existe des aiguilles jetables et qui n'ont pas besoin de capuchon. Si vous devez réutiliser une aiguille, puis mettez-la dans un bac rempli d'eau javellisée (voir page 57), jusqu'au moment où vous la nettoierez et la stériliserez.

### Comment éviter de vous piquer accidentellement avec une aiguille

N'utilisez pas votre main pour capuchonner l'aiguille.

Prenez le capuchon avec l'aiguille.

Refermez complètement le capuchon.



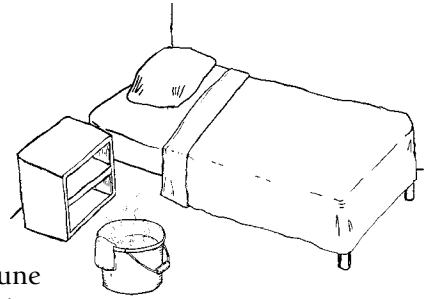
**Remarque :** si vous vous piquez, lavez l'endroit avec du savon et de l'eau ou avec de l'alcool, et débarrassez-vous correctement de l'aiguille (voir pages 67 et 68). Ne l'utilisez jamais sur une autre personne.

# Nettoyez les espaces et la literie

## Nettoyez les espaces

### À la maison

L'une des raisons pour lesquelles l'accouchement et certaines interventions médicales peuvent se passer aussi hygiéniquement chez la femme que dans un centre médical, c'est qu'il y a moins de microbes dans une maison propre que dans un hôpital. Mais la maison doit être nettoyée avec beaucoup de soin – surtout l'endroit où le bébé doit naître, ou là où des interventions, comme l'examen de l'utérus ou la pose du DIU, doivent être pratiquées.



Balayez ces endroits, et lavez toutes les surfaces au savon et à l'eau. Posez vos instruments ou votre trousseau sur une surface propre.

Sortez les animaux de la maison et ne pratiquez aucune intervention là où des animaux dorment ou défèquent (font leurs crottes), ni où les gens urinent et défèquent. Si le sol de la maison est fait de bouse (crottes animales), ne laissez pas ni le corps de la femme, ni vos instruments toucher le sol. La bouse est pleine de microbes qui seront facilement transmis à la femme. Vous pouvez recouvrir le sol avec de la paille propre, du tissu ou du plastique.

### Dans un hôpital, une maternité ou un centre médical

Soyez extrêmement prudente. Les microbes passent très facilement d'une personne à une autre.

Après chaque accouchement, lavez le sol et les surfaces, si possible, avec de l'eau de javel (hypochlorite de sodium).

#### Comment préparer une solution de désinfectant contenant 5% d'eau de javel

Si le pourcentage de chlore dans votre eau de javel est de :

5%



utilisez de l'eau de javel non diluée

10%



utilisez 1 part d'eau de javel



et 1 part d'eau

15%



utilisez 1 part d'eau de javel



et 2 parts d'eau

Préparez assez de solution pour 1 jour. **Ne la réutilisez pas le lendemain.** Elle ne sera plus assez puissante pour tuer les microbes



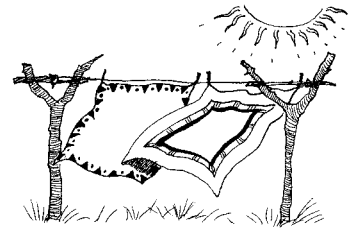
Si vous n'avez pas assez d'eau de javel, vous pouvez laver le sol avec :

- de l'éthanol (alcool médical) à 70%
- de l'alcool isopropylique à 70%
- de l'eau oxygénée à 6%
- de l'eau savonneuse
- de l'ammoniaque (Ne mélangez jamais l'eau de javel et l'ammoniaque — le mélange est un poison.)

## Nettoyez ou stérilisez la literie (draps, coussins)

### À la maison

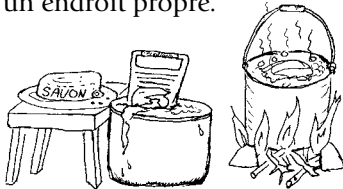
Lavez tous les draps et couvertures (la literie) que vous utilisez pour couvrir le lit, au savon et à l'eau. Faites-les sécher au soleil ou repassez-les. Ne séchez pas la literie par terre, elle ramassera des microbes.



### À l'hôpital, à la maternité ou dans un centre médical

La literie doit être stérilisée après chaque accouchement. Utilisez l'une de ces méthodes pour détruire les microbes :

- laver les draps au savon et à l'eau, puis les faire bouillir pendant 30 minutes avant de les laisser sécher complètement dans un endroit propre.
- ou
- laver les draps au savon et à l'eau, puis utiliser un fer chaud pour les repasser.



Si aucune de ces méthodes n'est possible, il faut laver les draps au savon et à l'eau, avant de les étendre sur un fil au soleil, jusqu'à ce qu'ils soient complètement secs. Retournez les draps pour que les deux côtés puissent être exposés au soleil, et veillez à ce qu'ils restent propres pendant tout le séchage.

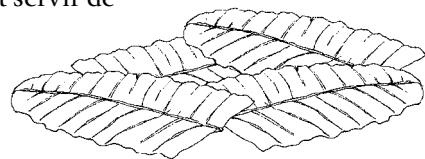
## Rangez les draps pour les protéger contre les microbes

Si vous n'utilisez pas immédiatement les draps, gardez-les propres et secs jusqu'au moment où vous allez vous en servir. Mettez-les dans un sac propre ou enveloppez-les dans du papier propre, et gardez-les dans un endroit propre et sec.

● **Remarque :** les draps rangés ne doivent pas être mouillés ni humides. Sinon, les microbes reviendront !

## Pour remplacer les lits

Parfois, il n'y a pas de lit ni de draps. L'accouchement ou l'intervention se fait par terre. Dans ces cas-là, il faut avoir un moyen de couvrir le sol, une forme ou une autre de matelassage qui protégera le bébé et la mère contre les microbes et la saleté qui se trouvent par terre. Trouvez d'abord un moyen de nettoyer ce matelassage avant de l'utiliser. Par exemple, les feuilles de bananier peuvent servir de matelas, après avoir été lavées avec une solution désinfectante, puis enfumées ou séchées au soleil. On peut aussi faire bouillir des chiffons de toile ou des sacs, et ensuite les sécher.



# Nettoyez et stérilisez les instruments

Tous les instruments utilisés pendant un accouchement, un examen ou une intervention doivent être nettoyés et stérilisés. Le nettoyage et la stérilisation des instruments tuent les microbes, et protègent les femmes contre les maladies.

## 1. Faites tremper vos instruments

Les instruments qui ont servi doivent être trempés pendant au moins 20 minutes dans une solution d'eau de javel (voir page 57).

## 2. Nettoyez vos instruments

Tous les instruments et le matériel que vous employez pendant un accouchement ou une intervention doivent être propres. Lavez-les bien après chaque accouchement, en utilisant une brosse pour enlever le sang ou la saleté des charnières (là où deux parties s'articulent ensemble) et des bords rugueux (qui ont beaucoup de toutes petites pointes) de vos instruments. Enlevez la rouille au besoin, et débarrassez-vous des instruments qui ne sont plus assez aiguisés ou qui sont abîmés. Pour vous protéger, portez des gants épais quand vous nettoyez vos instruments.



Lavez soigneusement vos instruments pour les débarrasser de toute saleté.

Une fois que tout est lavé, tous les instruments que vous avez mis dans le corps de la femme doivent aussi être stérilisés pour tuer les microbes

## 3. Stérilisez vos instruments

Stériliser signifie tuer les microbes qui se trouvent sur un objet. Si vos instruments sont stérilisés, ils ne transmettront pas de microbes aux femmes quand vous les utiliserez. Ceci les protégera des infections.

### Qu'entendons-nous par « stérile » ?

**Stériliser** veut dire tuer tous les microbes qui causent des infections. Pour stériliser un instrument, vous devez le faire chauffer dans un four, ou à la vapeur sous pression.

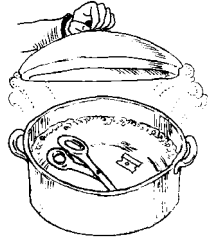
**Désinfecter** signifie tuer la plupart des microbes qui causent des infections. Certains savons et produits de nettoyage sont appelés "désinfectants". Mais pour désinfecter les matériels et instruments médicaux, il ne suffit pas seulement de les nettoyer au savon désinfectant – vous devrez les faire bouillir, passer à la vapeur ou tremper dans des produits chimiques. Ce genre de désinfection s'appelle « désinfection de haut niveau » (DHN).

Toutes les interventions dont nous parlons dans ce livre peuvent être pratiquées avec des instruments qui sont soit stériles, soit désinfectés par DHN. Pour simplifier, nous utilisons le mot « stériliser » ou « stérile » dans tout le livre. Mais chaque fois que nous disons qu'un instrument doit être stérile, nous voulons dire en réalité qu'il doit être stérile ou désinfecté par DHN.

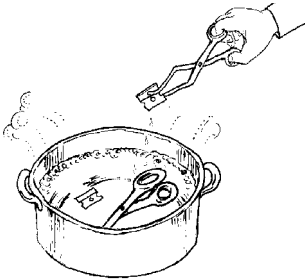
Stérilisez tout objet qui doit entrer dans le corps d'une femme, qui lui percera ou lui coupera la peau, ou qui sera utilisé pour couper le cordon ombilical après l'accouchement.

**Les instruments suivants doivent être stérilisés :**

- les seringues et les aiguilles
- les ciseaux ou les lames de rasoir qui servent à couper le cordon ombilical
- le matériel avec lequel vous cousez les déchirures
- les pinces classiques ou les pinces à clamper
- les gants
- les bandes des gaze
- les compresses en tissus
- la poire d'aspiration et l'aspirateur nasal
- les canules pour l'aspiration manuelle (voir page 424)
- le spéculum, dans certains cas



**Remarque :** vous n'avez pas besoin de stériliser les instruments qu'on utilise à la surface du corps. Les stéthoscopes, les rubans à mesurer, ou les tensiomètres doivent être propres mais pas stérilisés.



Quand vous stérilisez un instrument, les microbes qui s'y trouvent sont tués et il peut donc être utilisé. Mais si ce même instrument touche quelque chose d'autre (comme un lit, une table, ou vous-même !), il n'est plus stérile. Les microbes qui proviennent de tout ce qui a été touché se retrouvent sur l'instrument et ils pourront causer des infections quand l'instrument sera réutilisé.

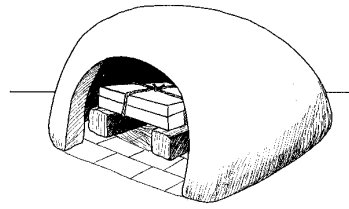
Les pages suivantes expliquent 5 manières différentes de stériliser les instruments : stérilisation au four, à la vapeur sous pression, ébullition (quand on les fait bouillir), stérilisation à la vapeur, ou trempage dans un produit chimique. La stérilisation au four et à la vapeur sous pression sont les meilleures méthodes – car elles tuent la plupart des microbes. Si vous ne pouvez pas employer l'une de ces méthodes, faites bouillir, stérilisez à la vapeur ou trempez les instruments dans des désinfectants chimiques. Utilisez les méthodes qui sont le mieux adaptées à votre situation.



**ATTENTION !** Si vous ne pouvez pas stériliser vos instruments, alors ne les utilisez pas, car les instruments qui ne sont pas stérilisés causent plus de mal que de bien.

## Stérilisation au four

Utilisez la stérilisation au four pour les instruments en métal et les ficelles qui servent à attacher le cordon ombilical. Ne mettez pas dans le four des objets en caoutchouc ou en plastique, car ils fondraient.



Lavez bien et rincez tous les instruments avant de les mettre dans 4 couches de tissu propre ou de papier épais.

Enveloppez les instruments puis attachez ce paquet.

Mettez ce paquet dans le four, et chauffez-le à une température moyenne (de 170° C, ou 340° F) pendant une heure.

C'est un peu plus long que de faire cuire une grosse pomme de terre ou une igname. Si vous ne pouvez pas avoir un four assez chaud, laissez le paquet plus longtemps dans le four.

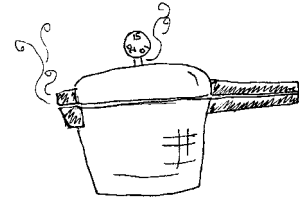


Puis laissez le paquet se refroidir, et conservez-le dans un endroit propre et sec.

## Stérilisation à la vapeur sous pression

Utilisez la vapeur sous pression pour stériliser les instruments en métal, en caoutchouc, ou le matériel en plastique.

Certains hôpitaux et centres médicaux ont une machine à stériliser appelée « autoclave ». Les autoclaves stérilisent les instruments par pression et vapeur. Si vous avez un autocuiseur (ou « cocotte-minute »), vous pouvez stériliser vos instruments comme cela se fait dans un autoclave.

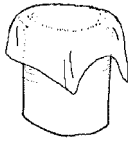


Mettez un panier à vapeur et de l'eau dans l'autocuiseur. Placez vos instruments dans le panier ; fermez le couvercle et mettez l'autocuiseur sur le feu pour faire bouillir.

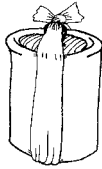
Une fois que l'eau commence à bouillir, cuisez à raison de 15 à 20 livres (7 à 9 kg) de pression pendant 20 minutes .

Après avoir stérilisé les instruments, laissez-les sécher. Ne les touchez pas, ou ils ne seront plus stériles !

Servez-vous de pinces, de baguettes ou de cuillères stérilisées pour retirer les instruments de l'autocuiseur. Mettez-les directement dans un récipient stérilisé. Rappelez-vous que si l'instrument touche quoi que ce soit de non stérile, y compris vos mains, il n'est plus stérile.



Laissez les instruments sécher dans le récipient stérilisé. Couvrez le récipient avec un tissu ou du papier stériles pour empêcher la poussière d'y entrer.



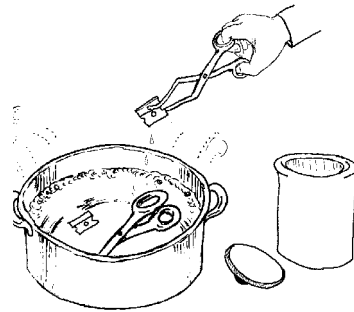
Quand tous les instruments sont secs, mettez le couvercle sur le récipient et fermez-le avec du ruban adhésif (« scotch ») ou une autre matière pour bien écarter les microbes.

## Stérilisation par ébullition

Utilisez l'ébullition pour les instruments en métal, le matériel en caoutchouc ou en plastique (par exemple la poire d'aspiration en caoutchouc), et les tissus.

Après avoir lavé et rincé les instruments, recouvrez-les d'eau et faites bouillir pendant 20 minutes.

Commencez à compter les 20 minutes à partir du début de l'ébullition.



Servez-vous de pinces, de baguettes ou de cuillères stérilisées pour retirer les instruments de la casserole. Mettez-les directement dans un récipient stérilisé. Rappelez-vous que tout objet que vous touchez n'est plus stérile.

## Stérilisation à la vapeur

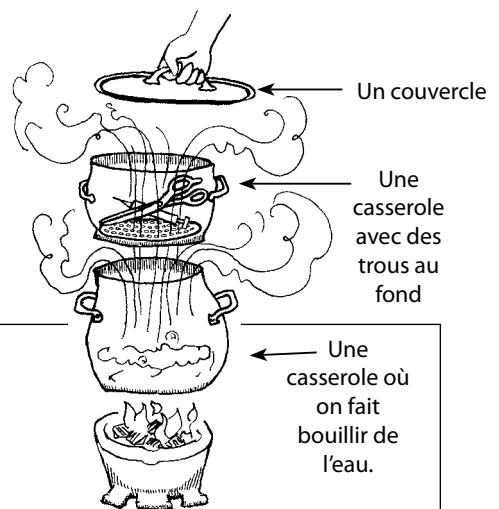
Stérilisez à la vapeur les instruments en métal, les gants, les équipements en plastique et les autres instruments.

Une casserole à vapeur est composée de 3 parties qui s'ajustent étroitement les uns aux autres : la casserole du bas, qui sert à faire bouillir l'eau, la casserole à trous au milieu, et le couvercle.

Faites bouillir de l'eau dans la casserole d'en bas. Mettez les instruments dans la casserole à trous. Mettez le couvercle.

Faites bouillir l'eau pendant au moins 20 minutes avec les instruments dans la casserole à trous.

Comptez les 20 minutes dès que l'eau commence à bouillir.



La stérilisation à la vapeur

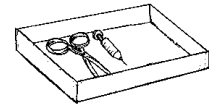


Attendez que les instruments soient secs, puis servez-vous de pinces stérilisées pour les retirer de la casserole et les mettre dans un récipient stérilisé, que vous refermerez de manière à empêcher les microbes d'entrer (voir plus haut).

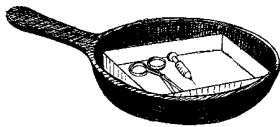
La stérilisation à la vapeur nécessite moins d'eau que la stérilisation par ébullition, et les instruments qui ont été stérilisés à la vapeur ne perdent pas aussi vite leur qualité tranchante ou coupante, ni ne se cassent aussi rapidement que les instruments stérilisés par ébullition.

### Une méthode qui nous vient des Philippines

La Mission médicale des Sœurs des Philippines a inventé une méthode pour stériliser les instruments par la vapeur.

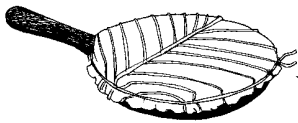
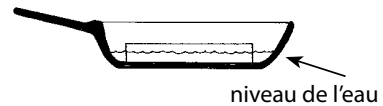


1. Mettez d'abord vos instruments propres dans un plateau en métal.

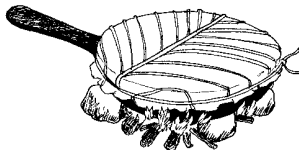


2. Ensuite mettez le plateau dans une poêle.

3. Remplissez la poêle d'eau jusqu'à ce qu'elle soit à moitié pleine.

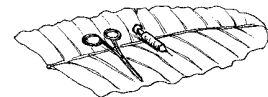


4. Couvrez la poêle avec 8 rangées de feuilles vertes propres de bananier. Attachez bien les feuilles à la poêle, avec des fibres de feuilles ou d'écorce de bananier. Faites attention à ce que de l'eau ne verse pas dans le plateau pendant l'opération.



5. Mettez la poêle sur un petit feu et laissez bouillir pendant environ 1 heure.

6. Jetez la rangée de feuilles du haut. Vous pouvez utiliser l'une des rangées intérieures pour poser vos instruments.



### L'utilisation de produits chimiques

Certaines personnes utilisent des produits chimiques pour stériliser les instruments et le matériel faits de métal, de caoutchouc, et de plastique. Nous ne recommandons pas cette méthode.

La plupart des produits chimiques utilisés pour la stérilisation sont toxiques. Ils rendent le sol et l'eau toxiques quand on les jette. Ils sont aussi toxiques pour les gens qui les fabriquent dans les usines, et pour les gens qui les utilisent pour nettoyer des instruments.

Mais certains instruments ne peuvent être stérilisés qu'avec des produits chimiques. Les thermomètres et certains types de gants ne peuvent pas être stérilisés au four, ni bouillis, ni passés à la vapeur.





### Si vous devez nécessairement utiliser des produits chimiques :

- mélangez l'eau de javel avec de l'eau (voir page 57)

**ou**, si vous n'avez pas d'eau de javel, employez l'un des produits chimiques suivants :

- de l'éthanol (alcool médical) à 70%
- de l'alcool isopropylique à 70%
- de l'eau oxygénée à 6%

**ou**, si vous n'avez aucun de ces produits chimiques :

- des alcools à boire très forts, par exemple du gin ou une boisson locale très forte.

Assurez-vous que tous les instruments sont très propres avant de les stériliser avec des produits chimiques. Même un reste de sang ou de sécrétion laissés sur un instrument peuvent annuler l'effet du produit chimique.

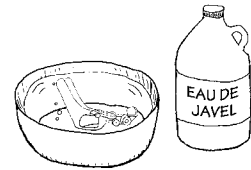
N'utilisez pas de produits chimiques pour stériliser les instruments qui seront introduits dans le vagin de la femme.

Trempez les instruments dans de l'eau de javel ou dans un produit chimique désinfectant pendant au moins 20 minutes.

**ou**

Trempez-les dans un alcool (à boire) fort pendant toute une journée.

Après les avoir laissé tremper, jetez les produits chimiques et laissez sécher les instruments.

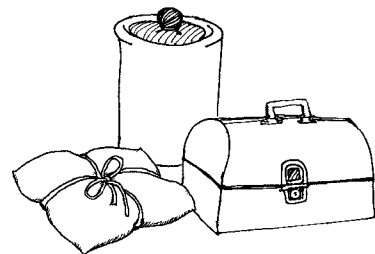


**ATTENTION ! Le glutaraldéhyde et le formaldéhyde sont des produits chimiques que nous jugeons trop dangereux pour être utilisés.** Beaucoup de cliniques et d'hôpitaux les utilisent pour stériliser, mais ils sont très toxiques. Le formaldéhyde, par exemple, peut causer le cancer. Essayez de trouver un autre moyen de stérilisation.

Si vous utilisez des produits chimiques, veillez à ce qu'ils ne touchent pas votre peau, et portez des gants. Jetez les produits chimiques avec précaution. Vous pourriez les déverser dans une latrine pour vous assurer que ni les animaux ni les enfants ne pourront en boire.

### Conservation des instruments et du matériel

Pour certains accouchements, vous aurez assez de temps pour stériliser vos instruments et matériels chez la future mère, mais pour d'autres, vous n'en aurez pas. Il faut donc essayer de stériliser vos instruments chez vous, puis de les conserver dans un récipient stérilisé que vous mettrez dans votre trousseau d'accouchement. Une boîte en métal ou un pot avec un couvercle très bien ajusté font les meilleurs récipients. Employez l'une des méthodes décrites plus haut pour stériliser votre récipient et le matériel avec lequel vous allez le déplacer. Ne touchez pas l'intérieur de votre récipient.



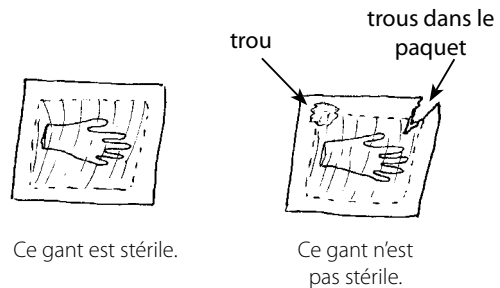
Si vous ne pouvez pas trouver ce genre de récipient, enveloppez les instruments et les matériels dans un morceau de tissu ou du papier épais plié en 4 couches avant de les stériliser. Puis gardez les instruments déjà stérilisés bien emballés jusqu'à ce que vous soyez prête à vous en servir (n'employez que du tissu ou du papier épais pour emballer vos instruments, si vous stérilisez au four).

Rappelez-vous que l'humidité favorise l'apparition de microbes, et que si vos instruments sont encore mouillés, des microbes réapparaîtront. Mais si vous allez les utiliser immédiatement, vous pouvez vous en servir quand ils sont encore mouillés. Les microbes mettent un certain temps à se développer.

## Certains équipements nécessitent un traitement spécial

### Les paquets stériles

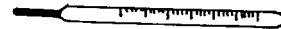
Les bandes de gaze, les compresses, les gants et d'autres équipements sont parfois emballés dans des paquets stériles. Puisque l'intérieur de ces paquets est stérile, vous pouvez utiliser directement ces matériels une fois que vous les sortez de leur paquet. Mais rappelez-vous que si vous sortez quelque chose du paquet stérile et que vous l'utilisez, ou si le paquet se mouille ou se troue, le matériel n'est plus stérile.



Les objets emballés dans le paquet stérile sont souvent destinés à n'être employés qu'une fois (« à usage unique »). Mais certains de ces matériels peuvent être réutilisés s'ils sont très soigneusement nettoyés et stérilisés avant chaque usage. Les gants peuvent être passés à l'ébullition ou à la vapeur. Les bandes de gaze et les compresses peuvent être lavées, puis bouillies, ou passées au four.

### Les thermomètres

Lavez le thermomètre avec du savon et rincez le à l'eau froide propre avant et après son utilisation. N'utilisez pas d'eau chaude, car le thermomètre peut se casser.



Après l'avoir lavé, il est préférable de faire tremper le thermomètre dans de l'alcool pendant au moins 20 minutes. Vous pouvez vous servir d'alcool éthylique, isopropylique ou médical (éthanol). Ne réutilisez pas cet alcool. Rincez le thermomètre dans de l'eau propre avant de l'utiliser de nouveau.

### Les lames de rasoir

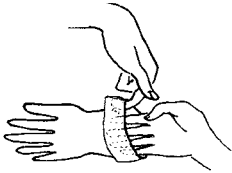


Les lames de rasoir qui servent à couper le cordon ombilical viennent souvent emballées dans un petit paquet stérile. Pour que ce paquet reste stérile, enveloppez-le dans du papier propre ou du tissu, ou gardez-le dans une boîte propre et sèche. Si le paquet se mouille ou se salit, les lames de rasoir ne sont plus propres, à moins de les stériliser à nouveau.

Essayez de ne pas réutiliser les lames de rasoir – mais si vous le faites, elles doivent être d'abord stérilisées. Les lames de rasoir peuvent être stérilisées par toutes les méthodes décrites plus haut.

## Les gants

La plupart des gants en plastique peuvent être bouillis ou stérilisés à la vapeur, mais certains se déchirent dans l'eau. Choisissez donc des gants résistants qu'on peut faire bouillir et réutiliser pendant quelques temps.



Ne touchez que l'intérieur des gants.

Avant de faire bouillir ou de stériliser les gants à la vapeur, retournez le revers du poignet. Après avoir stérilisé un gant, ne touchez que sa surface intérieure. Si vous touchez l'extérieur, le gant ne sera plus stérile.

Si les gants que vous avez ne peuvent pas être bouillis, lavez-les soigneusement et trempez-les dans de l'eau de javel ou dans de l'alcool médical. Puis rincez-les à l'eau propre avant de les réutiliser

## La poire d'aspiration (ou « mouche-bébé »)

Quand vous lavez une poire d'aspiration, assurez-vous de la remplir d'eau savonneuse et faites sortir l'eau en pressant la poire. Répétez ceci plusieurs fois. Ensuite, rincez bien la poire.



Si vous stérilisez la poire par ébullition, assurez-vous de laisser de l'eau à l'intérieur avant de la faire bouillir, puis pressez-la pour faire sortir l'eau entièrement.

## Les aiguilles

Beaucoup de personnes attrapent des maladies graves comme l'hépatite ou le VIH à cause d'aiguilles non stériles.

## Seringues réutilisables et seringues à usage unique

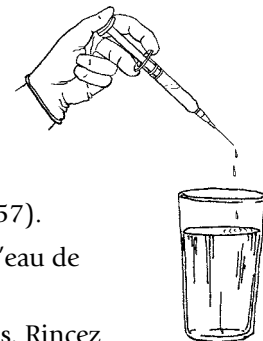
Les seringues réutilisables peuvent être employées beaucoup de fois. Elles créent moins de déchets et économisent de l'argent ; mais elles doivent être lavées très soigneusement et stérilisées après chaque emploi.

Les seringues à usage unique sont faites pour être éliminées après emploi. Certaines seringues à jeter peuvent être démontées, bouillies ou stérilisées à la vapeur et réutilisées plusieurs fois. Mais nous ne recommandons pas cela, parce que les aiguilles qui ne sont pas complètement stérilisées peuvent transmettre des maladies.

Ne réutilisez jamais une seringue sans l'avoir d'abord lavée et stérilisée !

### Comment laver et stériliser une seringue et une aiguille avant leur utilisation

1. Portez une paire de gants épais pour protéger vos mains des microbes.
2. Remplissez la seringue d'une solution d'eau de javel à 5% (voir page 57).
3. Faites gicler la solution d'eau de javel hors de l'aiguille.
4. Répétez ceci plusieurs fois. Rincez le tout plusieurs fois à l'eau propre.
5. Séparez la seringue de l'aiguille pour les faire bouillir ou les stériliser à la vapeur (voir page 62).



**Rappelez-vous :**

Si vous retirez une seringue stérile d'une eau bouillante...



et que vous la mettez dans votre poche...



elle n'est plus stérile ; en fait, elle est devenue dangereuse...

## Se débarrasser des déchets sans polluer

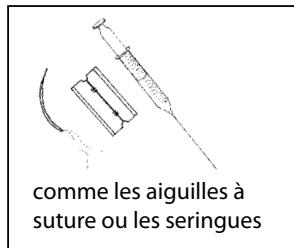
Il y a trois sortes de déchets différents après un accouchement ou une intervention :

### les déchets provenant du corps



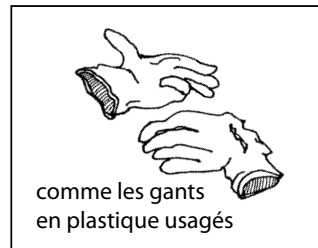
comme le sang, les selles ou le placenta

### les instruments piquants ou coupants



comme les aiguilles à suture ou les seringues

### les autres déchets



comme les gants en plastique usagés

Ces déchets contiennent des microbes et peuvent vous infecter, et infecter les membres de la famille et de la communauté.

Portez des gants si vous les touchez, et jetez-les en prenant certaines précautions (voir plus bas).

### Déchets humains

La manière la plus simple d'éliminer les déchets humains est de les mettre dans des latrines ou de les enfouir (enterrer).

Dans beaucoup de communautés, les familles enterrent le placenta, quelquefois avec d'autres objets spéciaux. Cette coutume est un rituel très important pour beaucoup de gens, et un moyen de protéger la communauté contre les microbes qui se développeront dans le placenta.

### Instruments piquants ou coupants

Les instruments piquants ou tranchants doivent être enfermés dans un récipient pour qu'ils ne blessent pas les personnes qui les trouveraient. Un récipient en métal ou en plastique épais, qui a un couvercle pour le fermer, convient le mieux.

Quand le récipient est à moitié plein, ajoutez de l'eau de javel si possible, puis fermez-le hermétiquement avant de l'enfouir profondément dans le sol (voir page 68).



### Fabriquez une boîte pour éliminer les aiguilles correctement

Cherchez une boîte en métal ou en plastique dur. Faites un long trou sur le couvercle de la boîte, large d'un côté et plus mince de l'autre.

Quand vous avez fini d'utiliser une seringue que vous voulez jeter, mettez l'aiguille dans la boîte, et faites-la glisser vers le côté le plus étroit.



Ensuite, tirez la seringue vers le haut et l'aiguille tombera toute seule dans la boîte. Quant à la seringue en plastique, elle peut être stérilisée et jetée dans une fosse (voir plus bas).

Quand la boîte est à moitié pleine, versez une solution d'eau de javel à 5% dans la boîte, fermez-la et enfouissez-la profondément.

### Les autres déchets

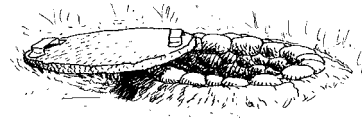
Les autres déchets, comme les gants en plastique, les tubes de seringues ou les morceaux de tissu trempés de sang, doivent être stérilisés avant d'être enfouis profondément dans le sol. Vous pouvez les stériliser en les trempant dans de l'eau de javel pendant 20 minutes.



**ATTENTION!** Ne brûlez jamais de gants en plastique, de seringues ni tout autre objet en plastique. Brûler des déchets en plastique est très dangereux – quand le plastique brûle, il dégage de la fumée et des cendres très dangereuses.

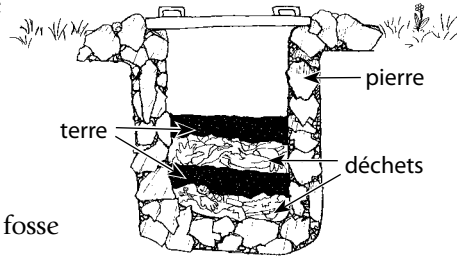
### Enfouissement des déchets

Trouvez un endroit éloigné des zones où les gens puisent de l'eau à boire, et où les enfants jouent. Ensuite, creusez une fosse protégée pour enfouir les déchets.



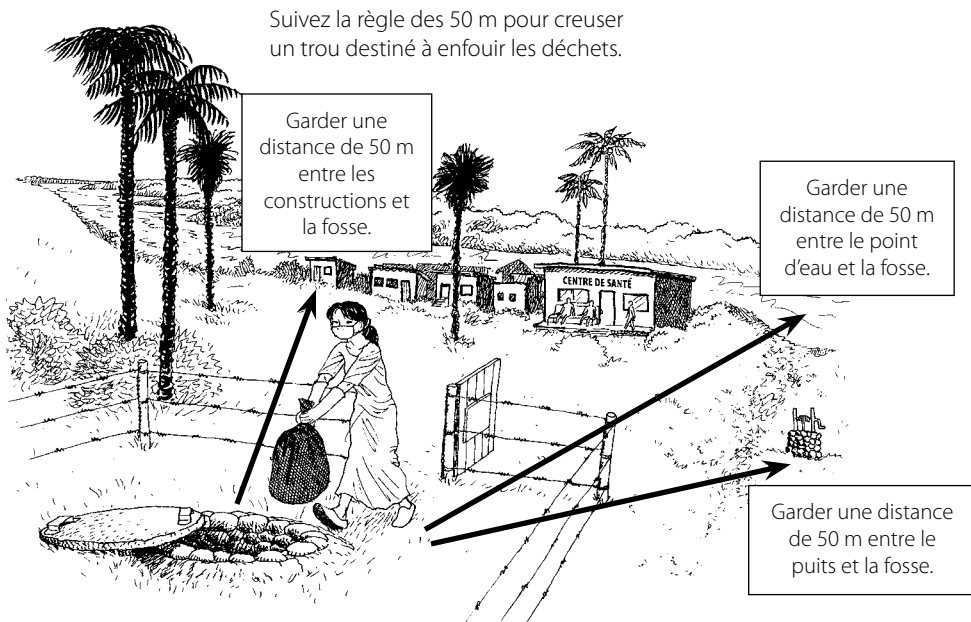
**Une fosse protégée pour enfouir les déchets hygiéniquement :**

1. Creuser une fosse de 1 à 2 m (mètres) de largeur et de 2 à 5 m de profondeur. Le fond de la fosse doit être à au moins 1 m au-dessus de la nappe d'eau.
2. Doubler l'intérieur de la fosse avec une couche d'argile ou de pierres, sur une épaisseur d'au moins 10 cm (centimètres).
3. Construire un rebord surélevé en terre autour du haut de la fosse pour empêcher les eaux de surface d'y couler.
4. Construire une clôture autour de la zone de la fosse pour éloigner les animaux.



Chaque fois que des déchets sont jetés dans la fosse, couvrez-les de terre sur une épaisseur de 10 cm, ou avec un mélange de terre et de chaux. La chaux permet de les désinfecter et d'éloigner les animaux pendant la durée de l'utilisation de la fosse.

Quand les déchets montent jusqu'à environ 1 m de la surface, couvrez-les d'une couche de terre d'une épaisseur de 1 m et recouvrez-les d'une couche de béton d'au moins 90 cm d'épaisseur. Si la fosse est utilisée uniquement pour les déchets médicaux et non pour les ordures en général, elle ne se remplira pas vite.



Suivez la règle des 50 m pour creuser un trou destiné à enfouir les déchets.

Garder une distance de 50 m entre les constructions et la fosse.

Garder une distance de 50 m entre le point d'eau et la fosse.

Garder une distance de 50 m entre les puits et la fosse.

**Décharge publique**

Quand les déchets sont envoyés à la décharge, ils peuvent communiquer des infections. Dans beaucoup de pays, les gens cherchent dans les décharges publiques des choses à vendre, comme justement les seringues déjà utilisées. C'est dangereux pour les personnes qui les ramassent et pour celles qui les achètent pour les réutiliser.

Quand une seringue n'est plus utilisable, éliminez-la avec précaution. Si vous devez en jeter dans une décharge publique, stérilisez-les d'abord, puis enfermez-les dans une boîte.