

Universal Precautions

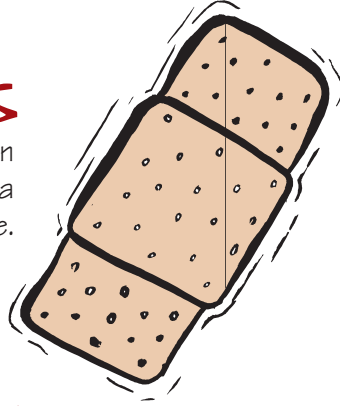
(often called routine practices)

To avoid getting infected with HIV, Hepatitis B or C or another communicable disease, use the following precautions when you come into contact with any body fluids or fecal matter.

In order to be safe and not to discriminate, assume that everyone is infectious.

cover cuts

If you have cuts or open sores on your skin, cover them with a plastic bandage.



Wear gloves



If there is any risk of coming into contact with blood or other body fluids, wear latex gloves. Gloves should only be worn once and disposed of in a plastic garbage bag.



Wash hands

Wash your hands with soap and hot water for at least 20 seconds after you have had contact with blood or other body fluids, after going to the bathroom, before preparing or eating food, and after removing latex gloves. Use hand lotion to help keep your hands from becoming chapped or irritated. Intact skin is your first defense against infection!



clean up

Spills of blood or other body fluids should be cleaned up with a fresh mixture of household bleach (1 part) and water (9 parts). Paper towels should be used and disposed of in a plastic garbage bag. Remember to wear latex gloves during clean-up.

Discard garbage

Use caution when disposing of garbage and other waste that may contain infected materials or used needles. Discard material soiled with blood or other body fluids in a sealed plastic bag.



Wash clothes

Soiled items should be stored in sealed plastic bags. Wash soiled clothing separately in hot soapy water and dry in a hot dryer, or have clothes dry-cleaned.

Need more HIV information and resources?
Contact CATIE (Canadian AIDS Treatment Information Exchange) at 1-800-263-1638
E-mail: info@catie.ca
www.catie.ca

Published by the Canadian Public Health Association, 2002.
This publication has been reprinted by CATIE, 2010.

Précautions universelles

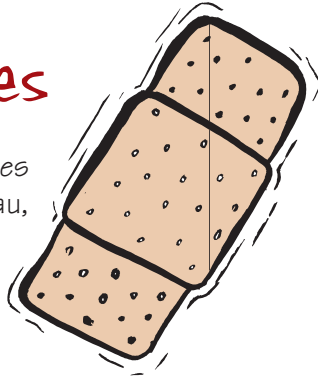
(souvent appelées pratiques de routine)

Pour éviter l'infection par le VIH, l'hépatite B ou C ou toute autre maladie transmissible, prenez les précautions suivantes chaque fois que vous entrez en contact avec des liquides corporels ou des matières fécales.

Afin d'assurer votre sécurité sans faire de la discrimination, présumez que tout le monde est infectieux.

Couvrez les plaies

Si vous avez des plaies ou des lésions ouvertes sur la peau, couvrez-les à l'aide d'un pansement en plastique.



Portez des gants

Si vous risquez d'entrer en contact avec du sang ou d'autres liquides corporels, par quelque moyen que ce soit, portez des gants de latex. Utilisez les gants une seule fois et jetez-les après usage dans un sac à déchets en plastique.



Lavez-vous les mains

Lavez-vous les mains avec du savon et de l'eau chaude pendant au moins 20 secondes après tout contact avec du sang ou d'autres liquides corporels, après être allé aux toilettes, avant de préparer et de consommer de la nourriture ou après avoir enlevé des gants de latex. Utilisez une lotion pour les mains pour prévenir les gerçures et les irritations. Une peau intacte est votre première ligne de défense contre les infections !



Nettoyez les gâchis

Tout déversement de sang et d'autres liquides corporels devrait être nettoyé à l'aide d'un mélange d'eau de javel (une part) et d'eau (neuf parts) propres. Utilisez des essuie-tout de papier et jetez-les après usage dans un sac à déchets en plastique. N'oubliez pas de porter des gants de latex pour faire le nettoyage.



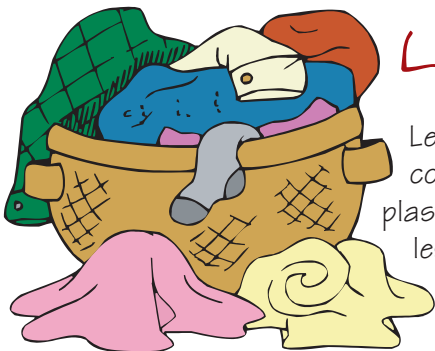
Jetez les ordures

Faites preuve de prudence lorsque vous jetez les ordures ménagères ou d'autres déchets qui pourraient contenir du matériel infecté ou des aiguilles usagées. Jetez tous les articles tachés de sang ou d'un autre liquide corporel dans un sac plastique scellé.



Lavez votre linge

Les articles souillés devraient être conservés dans des sacs plastiques scellés. Lavez séparément les vêtements souillés dans de l'eau chaude savonneuse et séchez-les à haute température ou faites-les nettoyer à sec.



Avez-vous besoin d'autres renseignements et ressources sur le VIH?

Contactez le CATIE (Réseau canadien d'info-traitements sida) 1-800-263-1638
Courriel : info@catie.ca www.catie.ca

Publié par l'Association canadienne de santé publique, 2002.
Cette publication a été réimprimée par CATIE en 2010.