

VOUS UTILISEZ DES PRODUITS DE DÉSINFECTION, DES DÉTERGENTS.

**Vous êtes exposés au risque chimique.
Ces produits génèrent des risques d'intoxication,
d'allergie et/ou de brûlure par inhalation,
ingestion ou contact cutané.**

PRÉVENTION

- Lire les étiquettes (connaître les pictogrammes), respecter les consignes d'utilisation (dilution, stockage) et les protocoles de nettoyage,
- En cas de reconditionnement de produits, reproduire l'étiquette sur le nouveau contenant, ne pas utiliser les récipients de type alimentaire, ne jamais mélanger les produits,
- Porter les EPI appropriés : gants, tenue de travail, lunettes, ...,
- Se laver régulièrement les mains avec un savon et les sécher,
- Signaler toute irritation de la peau, des yeux, des voies respiratoires ou autres symptômes au médecin du travail.

VOUS EFFECTUEZ DES ACTES DE RADIODIAGNOSTIC,

**Vous êtes exposés aux risques des rayonnements ionisants
et/ou électromagnétiques.**

PRÉVENTION

- S'éloigner le plus possible des sources de rayonnements,
- Utiliser les moyens de protections collectifs adaptés (paravent,...),
- Porter les EPI : tablier de plomb, cache-thyroïde, gants, lunettes,...,
- Porter son dosimètre (individuel et nominatif) pour les rayonnements ionisants,
- Signaler à votre médecin du travail le plus précocement possible votre état de grossesse,
- Respecter les accès réglementés des différentes zones de travail,
- Consulter la Personne Compétente en Radioprotection en cas de doute ou de questionnements pour les rayonnements ionisants.

ORGANISATION DES SECOURS (ACCIDENT, INCENDIE) :

Connaître les consignes en cas d'accident ou d'incendie,
Repérer les extincteurs et s'informer de leur utilisation.

HYGIÈNE DE VIE :

Prévoir des temps de récupération suffisants (sommeil),
Avoir une alimentation équilibrée, limiter les excitants (café, thé...),
Ne pas consommer de produits modifiant le comportement ou les réflexes,
Pratiquer une activité physique régulière protège vos articulations.



Ne pas jeter sur la voie publique / crédit photo - Shutterstock / conception - Effet Coloré - Edition sept 2019

PROFESSIONS DE LA SANTÉ, SOINS À LA PERSONNE, MÉDICAL ET PARAMÉDICAL (EN INSTITUTION, À DOMICILE OU EN TRANSPORTS MÉDICALISÉS)



SENSIBILISATION AUX RISQUES PROFESSIONNELS

N'hésitez pas à nous contacter pour tout conseil
ou problème de santé en relation avec le travail.

04 92 51 34 23
Gap - Embrun - Briançon
www.gest05.org
www.presanse-pacacorse.org

présanse
PRÉVENTION ET SANTÉ AU TRAVAIL
PROVENCE-ALPES-CÔTE D'AZUR-CORSE

Groupe des Entreprises
pour la Santé au Travail

GEST05

VOTRE PARTENAIRE
SANTÉ TRAVAIL

VOUS RÉALISEZ DES TRANSFERTS, (RÉ) INSTALLEZ LES PERSONNES.

DÉPLACEZ LES FAUTEUILS ROULANTS ET LES CHARIOTS, ...
VOUS RÉALISEZ DES GESTES RÉPÉTITIFS À CADENCE PRÉDÉFINIE
LORS DES TOILETTES, DES DISTRIBUTIONS DE PLATEAUX REPAS.

Vous êtes exposés aux risques de douleurs ou lésions des membres supérieurs et du dos (TMS : Troubles Musculo Squelettiques).

PRÉVENTION

- Privilégier l'utilisation des aides à la manutention (lève personne, verticalisateur, ...), s'assurer de la participation de la personne soignée, favoriser le travail en binôme,
- S'assurer que l'environnement (revêtements du sol, largeur des passages, lieu de stockage, ...) est adapté au matériel et aux tâches à réaliser,
- Faire remonter les difficultés de manutention rencontrées (également si vous intervenez à domicile) et signaler vos pistes d'améliorations à votre employeur,
- Alternier les tâches et les postures de travail,
- Favoriser le travail à bonne hauteur et respecter les angles de confort articulaires,
- Se former ou réactualiser sa formation à la manutention et s'approprier le matériel,
- Veiller à bien s'hydrater.

Fiches
conseil
N°1&2

VOUS POUVEZ ÊTRE EN CONTACT AVEC DES LIQUIDES BIOLOGIQUES (SANG, URINES, SELLES,...).ET/OU DES GERMES PATHOGÈNES.

Vous êtes exposés au risque de contaminations.

PRÉVENTION

- Appliquer les précautions standards (lavage des mains, tenues adaptées, ...) et respecter les mesures spécifiques (patients en isolement, ...),
- Porter les Equipements de Protection Individuelle (EPI) nécessaires lors des soins,
- Respecter le circuit d'élimination des déchets infectieux,
- Nettoyer, désinfecter et protéger toute plaie,
- Signaler et déclarer en accident du travail tout Accident d'Exposition au Sang (AES) ou liquide biologique et appliquer le protocole,
- Être à jour des vaccinations.

Fiche
conseil
N°10

VOUS ÊTES EN CONTACT AVEC DES PERSONNES EN SOUFFRANCE, DES COMPORTEMENTS AGRESSIFS, VOUS DEVEZ FAIRE FACE À UNE CHARGE DE TRAVAIL PARFOIS ÉLEVÉE, VÀ DES CONTRAINTES TEMPORELLES FORTES.

Vous êtes exposés au risque d'épuisement professionnel (« burn-out ») ou d'autres risques pour votre santé mentale et/ou physique (RPS – Risques Psycho-Sociaux).

PRÉVENTION

- Face à l'agressivité, communiquer et garder son calme,
- S'informer sur les circuits de remontées de l'information et signaler les difficultés rencontrées,
- Partager les pratiques entre professionnels,
- Consulter précocement un professionnel
- en cas d'atteinte à la santé (troubles de sommeil, troubles de l'humeur, anxiété, ...),
- En cas de travail isolé, disposer d'un moyen de communication (DATI),
- Se former sur l'anticipation et la gestion des conflits.

Fiches
conseil
N°8,9
&11

VOUS TRAVAILLEZ EN HORAIRES DÉCALÉS, DE NUIT, EN ÉQUIPES SUCCESSIVES.

Ces expositions peuvent favoriser l'apparition de certaines pathologies (hypertension, troubles digestifs, troubles du sommeil et de l'humeur, ...) ou d'autres perturbations de l'horloge biologique.

PRÉVENTION

- Organiser des temps de récupérations suffisants,
- Concilier vie sociale, familiale et professionnelle,
- Limiter la consommation de café, thé, tabac et sucre,
- Privilégier la prise d'une collation riche en protéines vers 2h du matin,
- Maintenir une activité physique régulière,
- Prendre un petit déjeuner le matin avant d'aller vous reposer, cela permet de limiter le réveil lié à la « fringale ».

VOUS VOUS DÉPLACEZ À PIED, AVEC DES VÉHICULES.

Vous êtes exposés aux risques de glissades, de chutes de plain-pied et d'accidents de la route.

PRÉVENTION

- Organiser les déplacements (temps de trajet, itinéraire, conditions météo,...),
- Porter des chaussures adaptées aux différentes activités et aux conditions extérieures (terrains accidentés, verglas,...),
- Veiller au bon état des véhicules d'entreprise (signaler les dysfonctionnements),
- Respecter les consignes de sécurité, de vigilance, lors des déplacements et de la conduite.

Fiche
conseil
N°6