

Lingolsheim, le 26 juin 2020

CORONAVIRUS. COVID-19 FICHE PRÉVENTION SOLEIL ET SOLUTION HYDRO ALCOOLIQUE

SOLEIL ET PEAU

➤ LE RAYONNEMENT SOLAIRE

- Composé de rayonnements électromagnétiques filtrés par l'atmosphère et la couche d'ozone terrestre, est compris entre les UV (**UltraViolets**) et les IR (**Infra-Rouges**) avec entre les deux le spectre de couleurs visibles.
- Les UV sont les plus énergétiques et responsables de la plupart des réactions de la peau.

➤ LES RÉACTIONS :

- Immédiates : la lucite estivale ou coup de soleil, plus important sur peaux claires (outre les effets positifs : antidépresseur et antirachitique par production de vitamine D)
- À long terme : et à forte dose :
 - o L'héliodermie (épaississement et rides) ;
 - o Cancers cutanés :
 - Basocellulaires ; parfois plus graves spinocellulaires ;
 - Dégénérescence de naevus ou taches brunes : l'évolution en superficie ou en profondeur est en général visible, on ne devrait plus voir de formes étendues.

➤ SELON LE CAS :

- Protections par crème d'indices élevés, gélules riches en carotène ;
- Éviter les médicaments photo sensibilisants, tels certains antibiotiques, antihistaminiques, anti inflammatoires...
- Éviter les parfums :

PEAU ET SHA.

DERMITE D'IRRITATION : (1)

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.

Les mains doivent être lavées à l'eau tiède, être mouillées avant d'appliquer le savon, parfaitement rincées et séchées par légers tamponnements

* Fiche pratique
SDF

Lavage fréquent
des mains*

Épidémie
COVID-19

Dermite d'irritation des
mains

Utilisation de SHA
plus fréquente

Douleur

Précautions
contacts

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.

Les mains doivent être sèches avant l'application de SHA, et non lésées. (2)

TOLÉRANCE CUTANÉE DES SHA

PRÉVENIR cette dermite d'irritation est primordial. Soyez attentif à bien identifier les produits achetés et leurs compositions...

Éviter les produits parfumés qui peuvent entraîner des pigmentations.

LES SHA

**NE SONT PAS DES PRODUITS DE
LAVAGE DES MAINS.
L'avez-vous les mains au savon pour
éliminer les souillures.**

Solutions de désinfection	Compositions variées	Utilisation
<p>Contre :</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Les bactéries, ✓ Les virus, ✓ Les champignons 	<p>Toujours à base de :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Un alcool (éthanol, isopropanol) ; • Un agent antibactérien (peroxyde d'hydrogène, Chlorhexidine...) ; • Des émoullients (très souvent la glycérine) ; • Parfois aussi : • Des agents moussants, des parfums... 	<p>Avoir les mains sèches est important car :</p> <ul style="list-style-type: none"> - l'eau dilue la SHA qui perd son efficacité. Le peroxyde d'hydrogène contenu dans les SHA par réaction avec l'eau va former des produits irritants. (Ça chauffe)

Les composants des SHA *ne sont ni photo-toxiques, ni photo-sensibilisants, peu irritantes voir moins irritantes que les savons avec lavage fréquent. (*respectant les recommandations de l'OMS)

Un savon en pain reste efficace dans l'eau de mer, au contraire d'un savon liquide qui n'a pratiquement aucune efficacité anti-infectieuse dans l'eau salée !

Évitez les produits parfumés ou contenant du peroxyde d'hydrogène.

DE MANIÈRE GÉNÉRALE :

Les SHA sont bien tolérés sauf dans les cas suivants :

- a. Application sur peau abîmée, une sensation de brûlure immédiate peut être constatée. Application sur une peau humide : elle peut augmenter l'irritation. Il est donc recommandé de ne pas se laver les mains immédiatement avant ou après l'application du SHA.
- b. Pour les personnes avec des antécédents d'allergie aux parfums : Le risque d'allergie aux SHA est faible. Les sujets ayant un antécédent allergique aux parfums ou à un des composants, devraient privilégier des SHA sans parfum.

Il est recommandé de :

- a. Au soleil :
 - i. Privilégier le lavage des mains avec des pains de savon ;
 - ii. Ne pas appliquer de SHA avant l'exposition solaire.
- b. Appliquer les SHA sur peau sèche et saine ;
- c. Être attentif à la composition de la SHA en alcool, parfum, peroxyde d'hydrogène.
- d. Les SHA sont à base d'alcool facilement inflammable. Conserver le récipient qui le contient bien fermé, à l'écart de toute flamme ou source d'étincelles ou de chaleur. Assurer-vous que tout le gel est parfaitement évaporé avant d'effectuer le moindre geste (allumer une cigarette, toucher un interrupteur ...) ;
- e. Recourir à des crèmes émoullientes sans attendre d'avoir les mains abîmées.

Sources :

- (1) Société française de dermatologie : <https://evenements-sfd.fr/coronavirus-covid-19/>
- (2) Rapport de l'agence française de sécurité sanitaire des produits de santé relatif à l'innocuité des produits hydro-alcoolique à base d'éthanol utilisés pour la désinfection des mains à peau saine par le grand public dans le cadre de l'épidémie de la grippe A (H1 N1) :

https://www.ansm.sante.fr/var/ansm_site/storage/original/application/3c6cccea290f8d00e649160cd5d4a9aa.pdf

Veuillez accepter, Mesdames, Messieurs, mes meilleures salutations.

Médecin de prévention :

Dr Irelda MARIAZZI-CHAPARD



PJ : fiche pratique de la SDF (Société de Dermatologie Française)