



DOCUMENT D'INFORMATION - INFECTIONS AU SARM / STAPHYLOCOQUE D'ORIGINE COMMUNAUTAIRE

Le SARM (staphylocoque) d'origine communautaire

Le SARM – ou *Staphylococcus aureus* résistant à la méthicilline d'origine communautaire (SARM-C) – connu plus couramment par les athlètes comme une infection au staphylocoque, est un type d'infection de la peau causée par la bactérie staphylocoque doré. « Ce qui rend cette infection particulièrement grave est sa résistance à de nombreux antibiotiques. Le SARM est souvent diagnostiqué erronément comme étant une morsure d'araignée, dit Nora Boyd, présidente du groupe de travail du CCRA-ACE et spécialiste en contrôle des infections à Bluewater Health en Ontario. « L'infection débute habituellement par une petite enflure qui ressemble à un bouton ou à un furoncle, mais qui grossit, devient plus rouge et souvent commence à suppurer. Les lésions de la peau infectées au SARM/staphylocoque peuvent progresser rapidement, passant d'une irritation de la peau à un abcès ou une infection cutanée grave. Si l'infection n'est pas traitée, elle peut se répandre au sang et aux os et devenir parfois mortelle. »

Le SARM (staphylocoque) d'origine communautaire dans les milieux sportifs

Le SARM-C (*Staphylococcus aureus* résistant à la méthicilline d'origine communautaire) est un type d'infection cutanée causée par la bactérie staphylocoque.

- Le SARM/staphylocoque est souvent diagnostiqué erronément comme étant une piqûre d'araignée ou d'insecte.
- Le SARM/staphylocoque se propage par contact de la peau infectée à la peau saine ainsi que d'objets infectés à la peau saine. Il peut pénétrer la peau saine, propre et sans plaie par un tel contact.
- Le SARM/staphylocoque vit sur la peau et survit sur des objets, comme des serviettes de bain et l'équipement sportif, pendant 24 heures ou plus.

Pour prévenir les infections au SARM/staphylocoque, rappelez-vous de :

- Vous doucher et vous laver après **CHAQUE** séance d'entraînement et événement sportif.
- Laver vos mains **SOUVENT** avec du savon et de l'eau – ou d'utiliser un nettoyant à mains à base d'alcool (minimum 60 %).
- Ne **JAMAIS** partager vos articles personnels (p. ex., savon, serviettes, crèmes, rasoirs, vêtements, brosses, limes à ongle).
- **NETTOYER** et désinfecter tout l'équipement sportif partagé (p. ex., tapis de chute, jambières, casques) après chaque usage.
- **SIGNALER** toute plaie suspecte à votre médecin.
- **COUVRIR** toute les plaies ouvertes avec un bandage.

Hygiène des mains

L'hygiène des mains permet d'éliminer ou de tuer les germes sur les mains. Il y a deux méthodes pour éliminer les germes sur les mains :

- en se lavant avec du savon et de l'eau courante
- ou en utilisant un nettoyant à mains à base d'alcool (minimum 60 %).

Le lavage des mains au savon et à l'eau courante doit être fait lorsque les mains paraissent sales. S'il n'y a pas d'eau courante, utilisez une serviette jetable humidifiée pour retirer la saleté et ensuite frottez vos mains avec un nettoyant à mains à base d'alcool.



www.ccar-ccra.org

Canadian Committee on Antibiotic Resistance
Comité canadien sur la résistance aux antibiotiques

Coaching
Association
of Canada



Association
canadienne
des entraîneurs

Si vos mains semblent propres, utilisez un nettoyant à mains à base d'alcool. Le nettoyant doit contenir un minimum de 60 % d'alcool pour être efficace.

Comment se laver les mains

- Mouillez vos mains avec de l'eau chaude.
- Appliquez un savon liquide ou moussant. Si vous utilisez un savon en barre, il doit vous appartenir personnellement et ne pas être partagé.
- Faites mousser le savon vigoureusement sur toute la surface de vos mains pendant 15 secondes.
- En vous frottant bien, rincez le savon à l'eau courante.
- Séchez bien vos mains à l'aide de serviettes en papier.
- Fermez les robinets avec une serviette de papier dans la main.

Comment utiliser un nettoyant à mains à base d'alcool

- Assurez-vous que vos mains semblent propres.
- Déposez dans le creux de la main une quantité de la taille d'une pièce de un dollar du nettoyant.
- Étalez le nettoyant à base d'alcool sur toute la surface de vos mains.
- Frottez-vous les mains jusqu'à ce qu'elles soient sèches (cela devrait prendre un minimum de 15 secondes).

ASSOCIATION CANADIENNE DES ENTRAÎNEURS

L'Association canadienne des entraîneurs est un organisme de sport amateur à but non lucratif dont le mandat est d'améliorer l'efficacité de l'entraînement dans tous les sports et à tous les niveaux du système sportif. Pour d'autres renseignements, veuillez consulter le site : www.coach.ca.

COMITÉ CANADIEN SUR LA RÉSISTANCE AUX ANTIBIOTIQUES

Le Comité canadien sur la résistance aux antibiotiques (CCRA) a été fondé en 1998 en vue de coordonner les efforts déployés au Canada pour contrôler la croissance et la propagation de la résistance antimicrobienne. Les membres du CCRA représentent les organisations gouvernementales et non gouvernementales qui ont pour objectif de réduire la résistance antimicrobienne au Canada. Les principaux domaines d'intérêt du CCRA sont la surveillance de la résistance, la prévention et le contrôle des infections et l'usage optimal des antibiotiques. Nous offrons des services d'extension aux secteurs des soins de santé et de l'agriculture sous forme de diverses activités, dont des séminaires professionnels, des rapports et documents d'information destinés à des publics spécifiques et la gestion d'un des sites Web le plus complet sur la résistance aux antimicrobiens au Canada (www.ccar-ccra.org).