# **Ordonnance de prévention : Infirmier**

Des conseils de prévention vous sont proposés ci-dessous, pour les principales expositions professionnelles potentielles pouvant générer des risques pour la santé (accident ou maladie), dans votre métier.

**Pour votre santé, protégez-vous !**

Pour éviter les accidents :

* Porter des chaussures fermées avec semelles antidérapantes
* Signaler à votre hiérarchie tout défaut de sécurité

Protégez-vous des agents biologiques :

* Changer de tenue de travail en cas de tenue souillée
* Consulter votre médecin du travail en cas de grossesse ou de projet de grossesse
* Ne pas porter de bijoux aux mains pendant le travail
* Porter des gants à usage unique si risque de contact avec sang ou liquide biologique
* Porter les équipements de protection adaptés à la tâche
* Porter un masque adapté à l'agent biologique présent
* Prendre connaissance du protocole AES (Accident d'Exposition au Sang)
* Se laver les mains et/ou les désinfecter régulièrement
* Tenir à jour les vaccinations obligatoires
* Utiliser les dispositifs d'élimination des déchets biologiques (DASRI)
* Laver, désinfecter et protéger toute plaie
* Respecter les niveaux de remplissage des dispositifs d'élimination de déchets biologiques

Protégez-vous des agents chimiques :

* Rincer abondamment à l'eau courante ou au sérum physiologique toute projection oculaire
* Mettre en œuvre la conduite à tenir en cas de renversement d'un agent cytostatique
* Respecter la procédure de manipulation des cytostatiques

Protégez-vous des situations relationnelles ou organisationnelles :

* Etre attentif à la qualité de la communication au sein de l'équipe
* Mettre en oeuvre la procédure "Conduite à tenir face à des personnes difficiles"
* Préserver un temps de sommeil suffisant
* Signaler à la hiérarchie tout dysfonctionnement organisationnel récurrent et/ou persistant
* Prendre avis d'un professionnel de santé en cas de souffrance psychique
* Conserver le rythme des 3 repas par jour en cas de travail de nuit
* Consulter la fiche "conseils en cas de travail en horaires décalés"

Protégez-vous des TMS :

* Privilégier le travail à deux, en l'absence d'outil d'aide à la manutention
* Signaler à la hiérarchie toute "inadaptation du poste" (locaux, matériel...)
* Utiliser les aides à la manutention de la personne

Protégez-vous des effets du travail de nuit :

* Respecter un temps de sommeil d'au moins 6 heures d'affilée

**Consulter votre médecin du travail en cas de grossesse ou de projet de grossesse**

**Consulter régulièrement dans votre entreprise les informations et formations disponibles en santé et sécurité au travail**

**En cas d'accident, faites le 15**

Fiche Remise par :

Date : 12/08/2025