

令和5年度社会福祉施設
感染症対策研修会
「適切な手指衛生について」
～手指衛生できていますか～



令和5年11月6日（月）
JCHO南海医療センター
感染管理認定看護師 中野智美



手洗い・手指消毒はどうして大切なのでしょうか？

- 手はいろいろな所に直接触れます。
- 介護や保育の時も必ず対象者やその周囲に触れます。
- もちろん自分のことも触ります。

その手が汚染されていないことが、利用者や自分を守ることに繋がります。

手指には様々な細菌などの微生物が付着しています

手指衛生前の最近付着状態

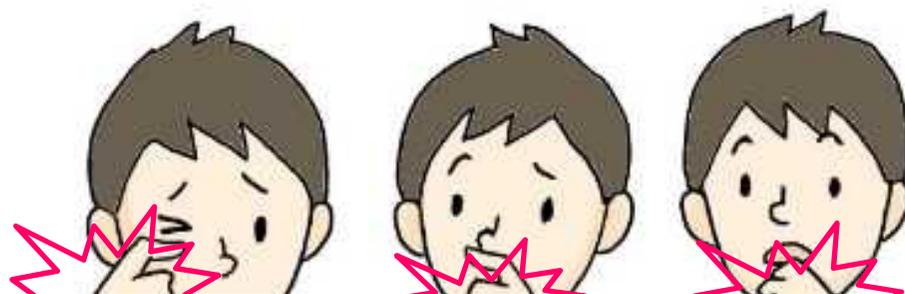


手の形に
細菌が増殖



手にウイルスや細菌が ついていたらとしたら？

- 目をこする
- 鼻をこする
- 口を触る



手を介して
ウイルス・
細菌が侵入

感染経路を断ち切るには手指衛生の徹底
が最も有効です



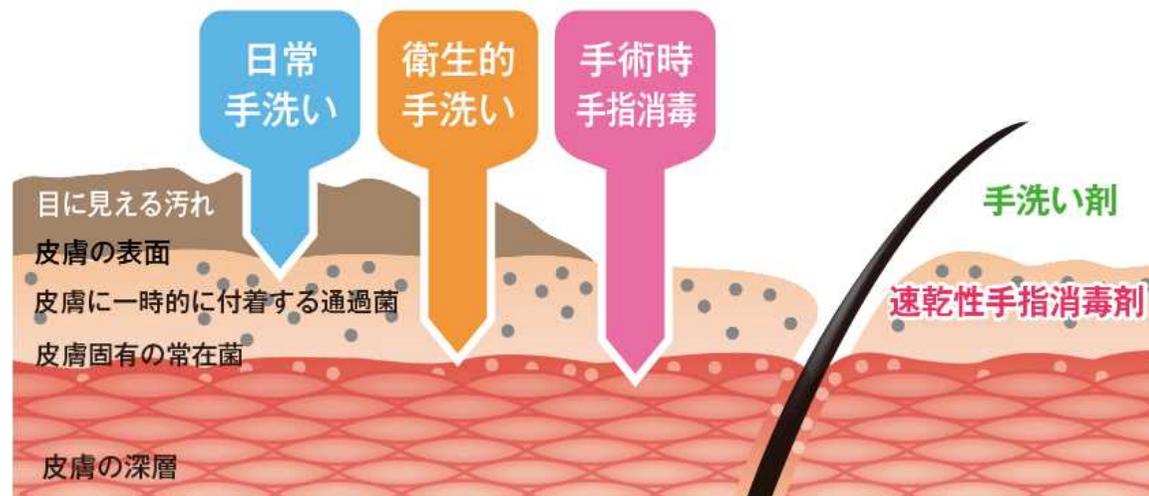


手指衛生の種類

手指に関する衛生管理を「手指衛生」といい、
「手指衛生」には **手指消毒** と **手洗い**
があります。

手指衛生の目的

- 手に付着した病原微生物を除去（数を減らす）し、感染リスクを減少させるために行います。
- 手指衛生には、**日常手洗い**、**衛生的手洗い**、**手術時の手指消毒**の3つがあります。



日常的手洗いが必要な場面

- 出勤した時
- 食事をとる前後
- トイレの後
- 見た目に手が汚れている時
- 通常の診察や看護前後
- 一般清掃の後
- パソコン操作後や喫煙の後、鼻をかんだ後



衛生的な手洗い（手指衛生）が必要な場面

- 患者に接する前と後
- 以下のものを取り扱った後
血液
汗を除くすべての体液、分泌物、排泄物
損傷した皮膚
粘膜
- 手袋を外した後



手指衛生の使い分け



目に見える汚れが**ない**場合は、**擦式アルコール製剤**で手指消毒する

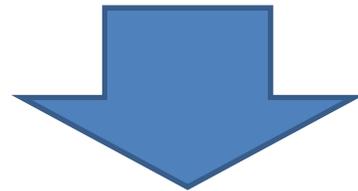


目に見える汚れが**ある**場合は、**水とハンドソープ**で手洗いをする

アルコール消毒が効きにくいもの

ノロウイルス

CDI（クロストリジウムディフィシル）

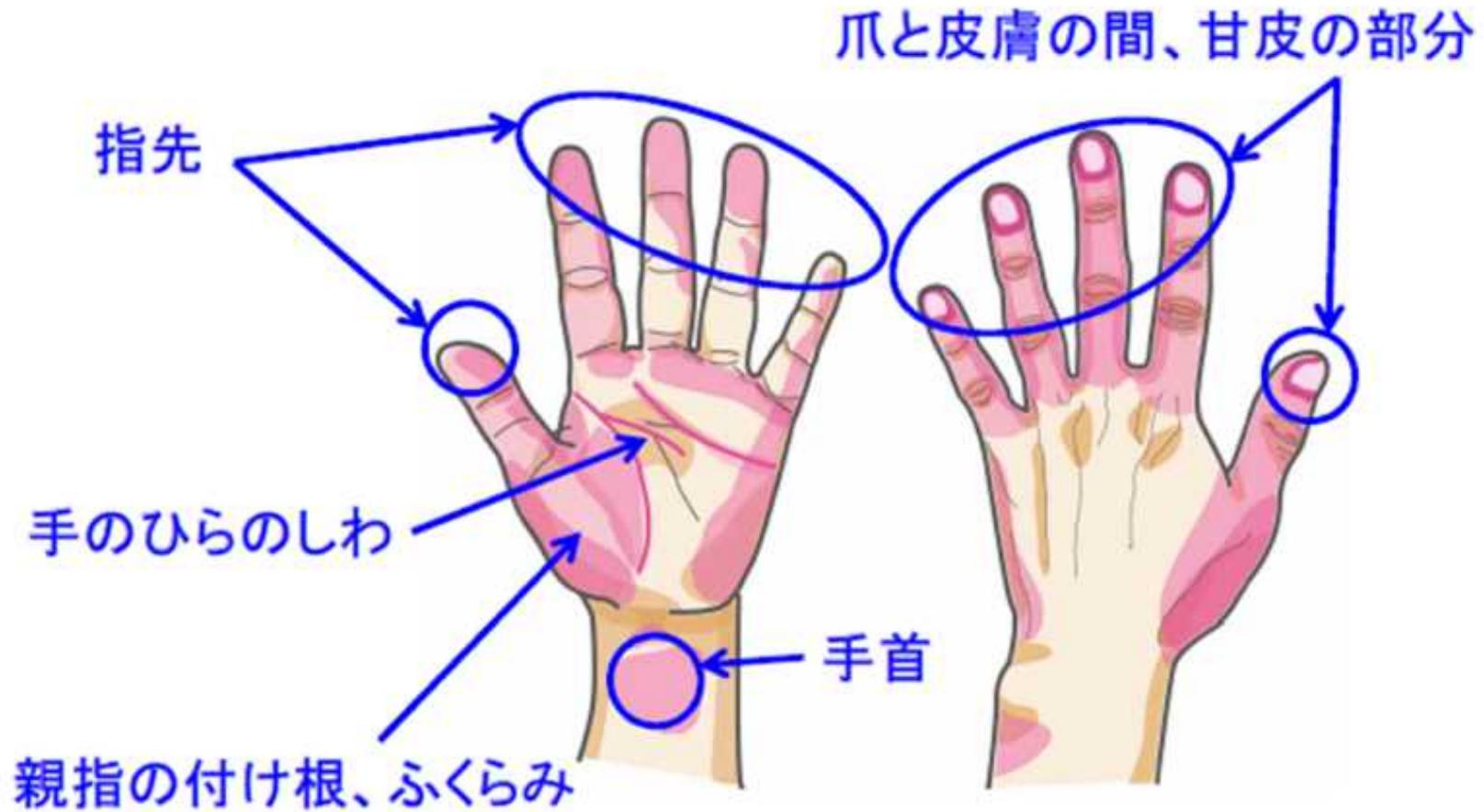


嘔吐や下痢症状がある人の対応後は、

水道水＋ハンドソープの手洗い

念入りに30秒以上かけて洗いましょう

洗い残しの多い場所



手指衛生 5つのタイミング



「5つのタイミング」 はこんな時です



適正な量も重要



設置型

携帯型



採用している手指消毒剤の1回使用量を
確認して適正な量での手指消毒を行う



感染を伝播させないためには

「適切なタイミングでの手指衛生」

「適切な方法での手指衛生」



Ⅱ. 演習

1. 蛍光塗料を使った手洗い確認
（3名指名します！）
2. アルコール製剤を使用した手指消毒

流水と石鹸による手洗い



流水で手首まで洗い、汚れを落とす。



ハンドソープを手に取り、手の甲と指の間を洗う。



指を組んで指の間を洗う。



親指を包み込み、付け根まで洗う。



指先を手のひらで擦るように洗う。



手首までしっかりと洗う。流水ですすぎ、水気をふき取る。

アルコール製剤による手指消毒



「1プッシュ」分をしっかりと
押して手に取る。



両手の指先に擦り込む。



手のひらになじませ、手の甲
と指の間に擦り込む。



指の間は根元まで擦り込む。



親指は包み込むように擦り、付
け根まで擦り込む。



手首まで擦り込み、乾燥させ
る。



手指衛生演習（所要時間：15分）

<手洗い演習>

- ◆ ステージに3人上がってきてもらう（保健所が指名）
- ◆ 蛍光塗料を塗って、「いつも通りの手洗い」をしてもらう
 - ※手洗い場まで案内する係が必要
- ◆ 洗っている間は「キラキラ星Ver.手洗い歌」を流し視聴してもらう
- ◆ （時間があれば）保育施設・介護施設の人1名ずつに手洗いの工夫を聴いてみる
- ◆ 戻ってきたら、ブラックライトを用いて洗い残しを確認
- ◆ 正しい手洗いの説明

<アルコールを用いての手指消毒演習>

- 持参のアルコール製剤を手元に準備してもらう
- アルコール製剤の手指消毒の方法を説明
- 音楽を流しながら一斉に手指消毒を実施