

# 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？

- ・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。
- ・もちろん自分の中も触ります。

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つながります。

# 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

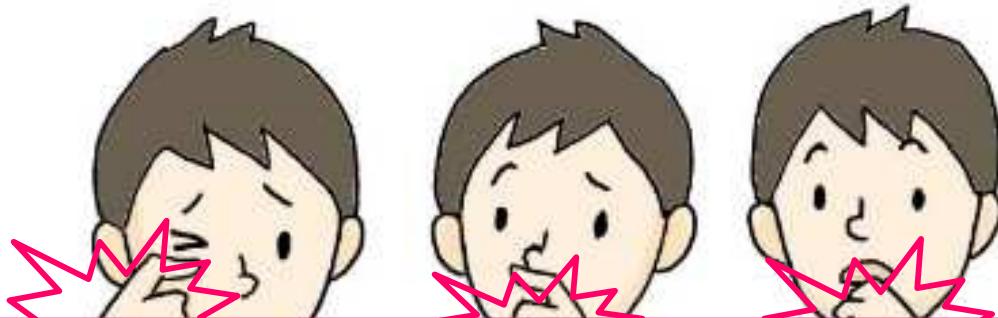


(株)日研生物医学研究所 月間HACCP 2008年10月号

<http://www.nikken-bio.co.jp/news2/images/up/59964006411cc.pdf>

# 手にウイルスや細菌が ついていたとしたら？

- ・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

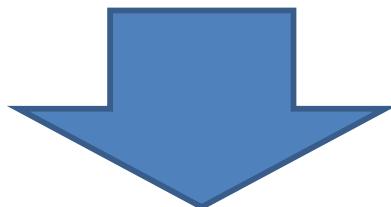


目に見える汚れがある場合は、  
水とハンドソープで手洗いをする

# 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）

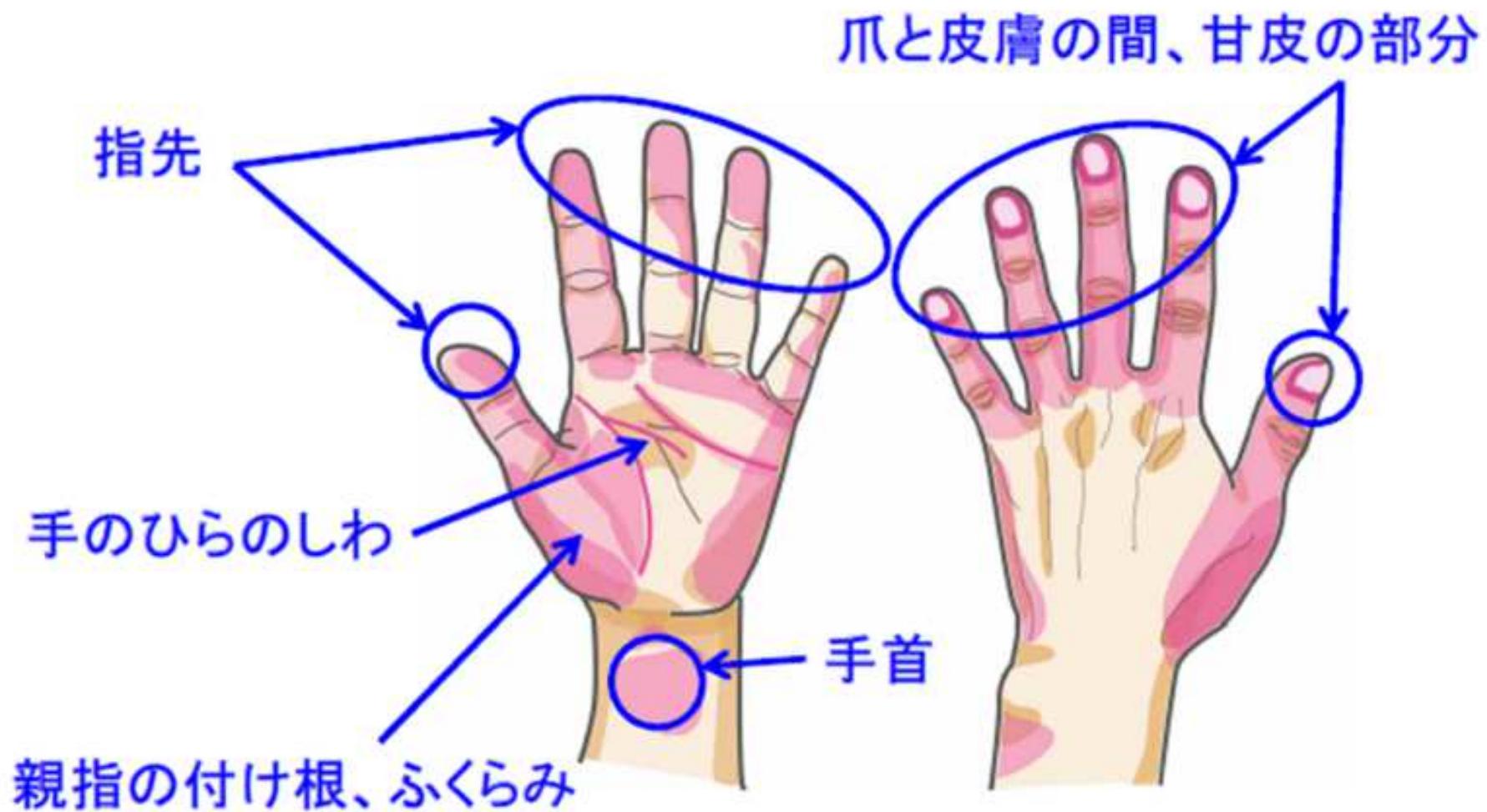


嘔吐や下痢症状がある人の対応後は、

**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



1回量 1.5 mL

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

# 流水と石鹼による手洗い



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ブッシュ」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