

2020.9.6 18:00～  
ZOOMライブセミナー

# 今やるべき感染症対策

～新型コロナウイルス感染症 特別企画～

感染症看護専門看護師/CNSIC

稗田 文代

# 本日の内容

- 新型コロナウイルス（SARS-CoV-2）感染症の現状
- 手指衛生（手洗い、手指消毒）
- 環境清掃、消毒方法
- お答えします Q&A

# ○感染者数（陽性者数） 2020.9.3 時点

- 国内感染者:70,268名
- 国内死亡者:1,330名

- 現時点では、有効性が確認された特異的なワクチンは存在せず、治療方法としては対症療法が中心となっている。  
令和2年5月7日にレムデシビル  
(販売名：ベクルリー点滴静注液100mg等) が特例承認された。
- ワクチンについては国内での研究のほか、世界連携でワクチン開発を促進するためCEPI（感染症流行対策イノベーション連合）への拠出を通じたワクチンの早期開発に向けた取組を進めている。
- 新型コロナウイルス検査として、PCR検査、抗原検査が行われている。

# 接触感染と飛沫感染って何？



# 接触感染が起こります



# 手指の細菌培養

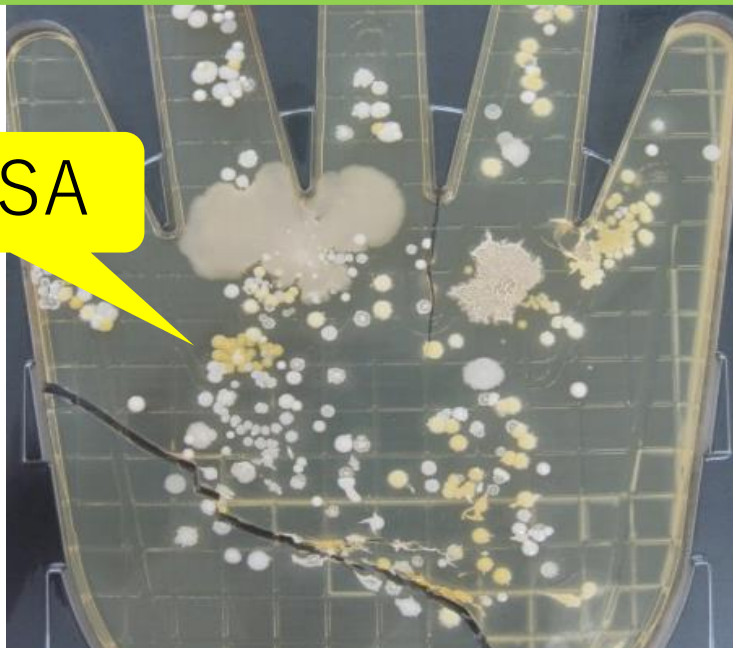


流水手洗い後の手指



P C 操作後の手指

MRSA



汚染面積（平均）⇒16%

*Bacillus.sp*



汚染面積（平均）⇒38%



# 手洗いの手順

① まず手指を流水でぬらす

② 石けん液を適量手の平に受け取る

③ 手の平と手の平を擦り合わせよく泡立てる

④ 手の甲をもう片方の手の平でもみ洗う(両手)

⑤ 指を組んで両手の指の間をもみ洗う

⑥ 親指をもう片方の手で包みもみ洗う(両手)

⑦ 指先をもう片方の手の平でもみ洗う(両手)

⑧ 両手首までていねいにもみ洗う

⑨ 流水でよくすすぐ

※手洗い後は、ペーパータオルで水分をしっかりと拭き取る



# 確認

## 手洗いミスが多い部分



Taylor LJ : Nursing Times January, 12 : 54-55, 1978

利き手が洗い損ねやすい！

# 手指消毒の手順



液状の速乾性手指消毒剤を指を曲げながら適量手に受ける



手の平と手の平を擦り合わせる



指先、指の背をもう片方の手の平で擦る(両手)



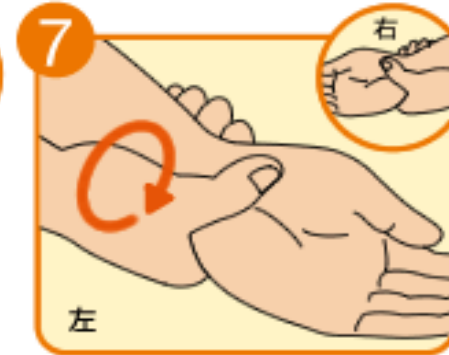
手の甲をもう片方の手の平で擦る(両手)



指を組んで両手の指の間を擦る



親指をもう片方の手で包みねじり擦る(両手)



両手首までていねいに擦る



乾くまで擦り込む

# アルコール消毒薬使用のポイント

## 速乾性擦式アルコール製剤3mL及び1mL使用時の手指細菌滅菌率の比較

	3mL使用群 (n=10)	1mL使用群 (n=10)
滅菌率 (%)	99.68、98.33、 99.66、98.57、 99.61、>99.93、 99.96、98.69、 99.96、99.52	38.33、40.48、 53.00、51.52、 27.59、69.31、 36.84、60.87、 70.00、63.64
平均滅菌率 (%)	>99.39	51.16

(拭き取り試験法)

参考文献 荒賀昌幸、他：環境管理技術 12(5), 230-238, 1994

↑ アルコールは**使用量**で殺菌効果が異なる



↓ 下まで1回押し切ると、  
**約3mL**



↓ 5push  
で、約3mL

どの程度、アルコール製剤を擦りこむ？

## 実験

### 【方法】

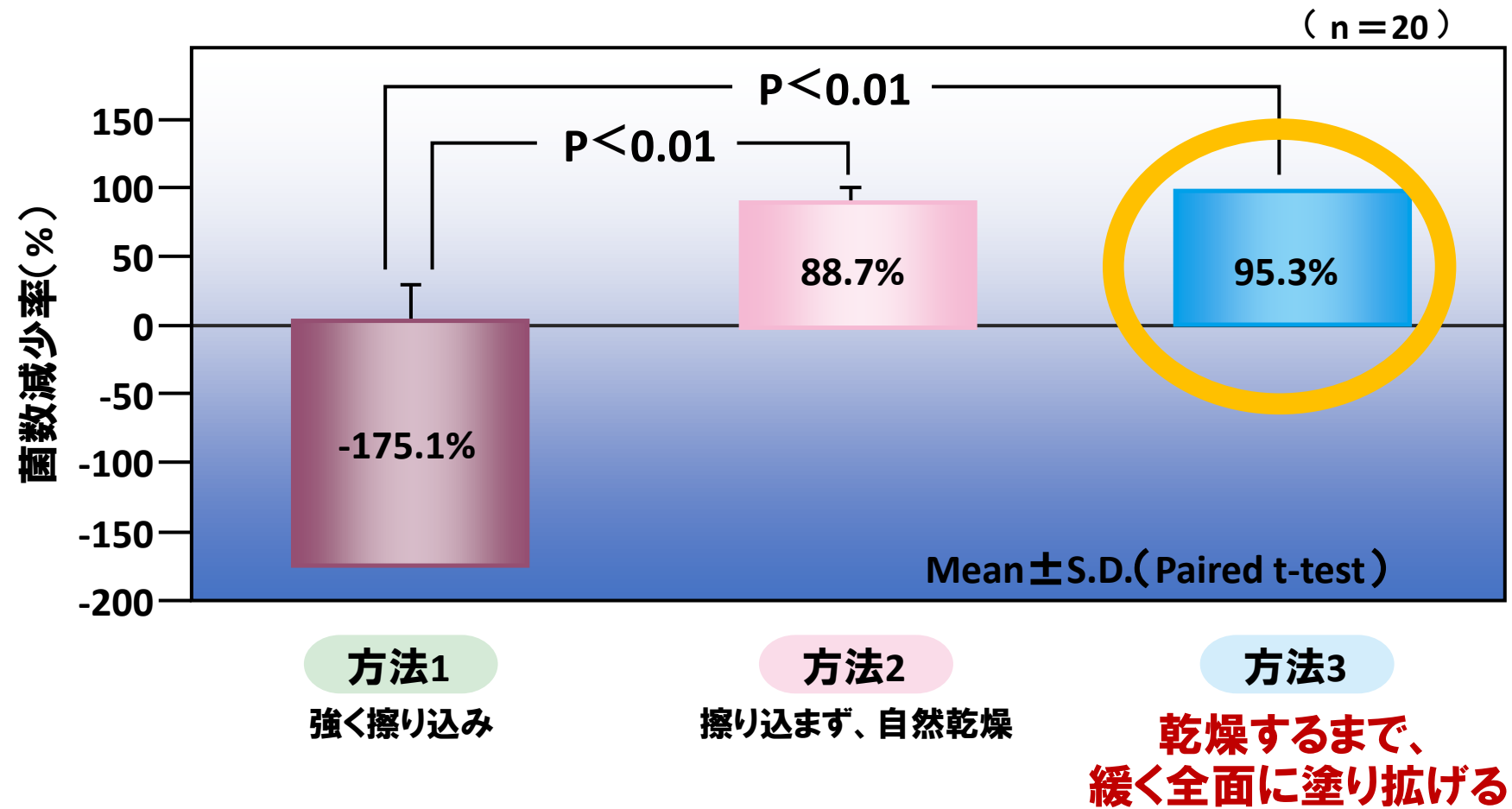
3つの方法を用い消毒効果を比較

方法1 強く擦りこむ（約1分間）

方法2 自然乾燥（約1分間）

方法3 緩く塗り広げる（約1分間）

# 消毒手技別の手指皮膚表面細菌数の比較（パームスタンプ法）



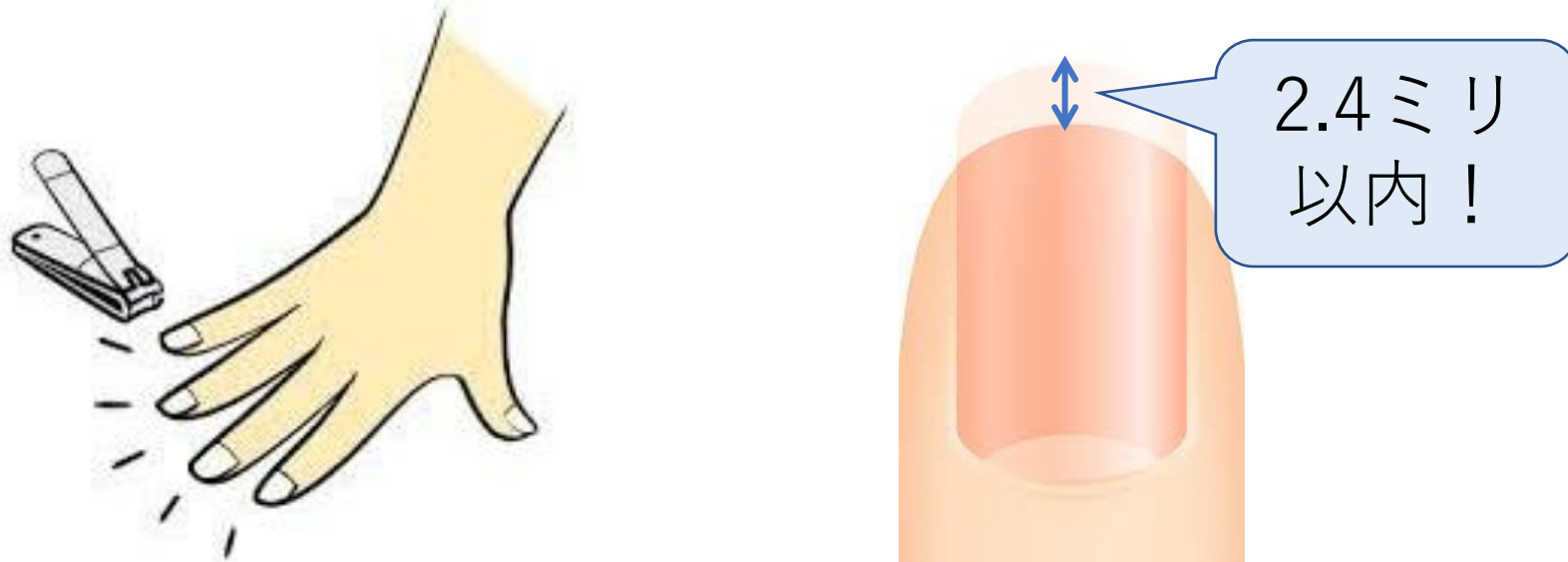
# 流水よりアルコールのほうが手が荒れる？

Skin irritation and dryness associated with two hand-hygiene regimens: soap-and-water hand washing versus hand antiseptics with an alcoholic hand gel. to improved hand-hygiene practices.

- 実際、上記の文献では研究対象者は32名のNs、6週間の実験により、アルコール手指消毒剤の方が皮膚に対する影響が低いと結論付けている。

(皮膚の保湿がアルコールのほうが有意に高かった)

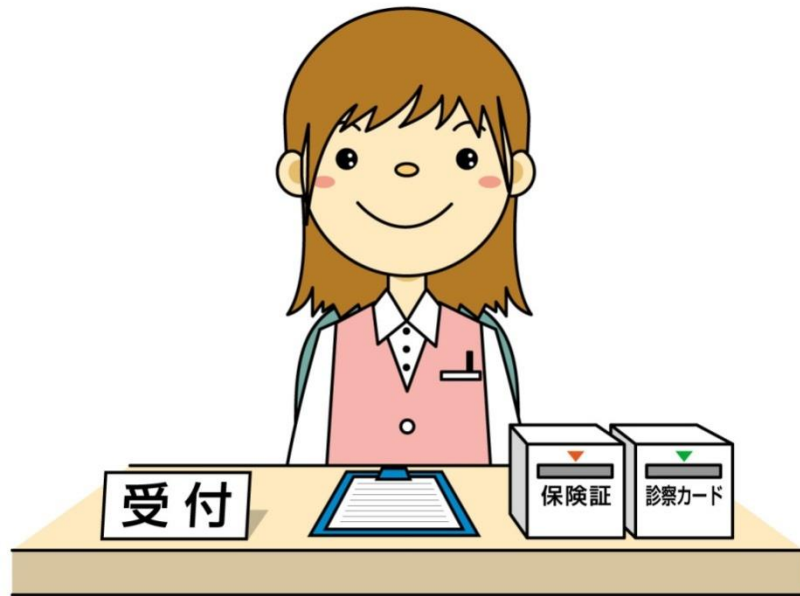
# 爪は定期的に切って清潔に



- 長い爪は皮膚を気付けやすく、細菌の侵入口になる.
- 爪の長さが2.4mm以上だと、アルコール消毒をしても、爪の下に存在している細菌に対する消毒効果は著しく減少する.



# 手指衛生はタイミングが重要



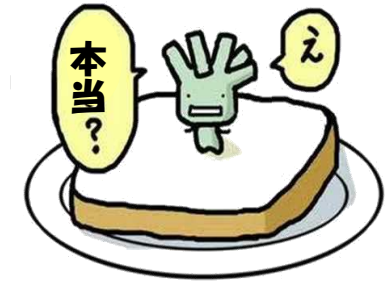
- P C キーボードや電話受話器を触った後.



- 書類や器材の搬送後.
- ゴミ箱を片付けた後.



# 手が荒れると細菌の運び屋になってしまう！ ハンドケアの重要性



## 手荒れ防止のためのポイント

- ①ペーパータオルは2-3枚使用し  
タタキ拭きをするように水気を取る。
- ②アルコール消毒薬はアルコールが  
揮発した直後に擦り込みをやめる。
- ③ハンドクリームを面倒くさがらず  
流水手洗い後に毎回使用する。
- ③手荒れがひどい場合は皮膚科を  
受診する。



# ハンドクリームを用いたハンドケアのポイント

- 1日3回以上のケア、特に就寝時が重要
- 指先から第一関節までの長さ（Finger Tip Unit , FTU）以上のクリームをチューブから手に取る
- 両手に塗り広げる操作は、手をマッサージしながら行う
- 就寝時は塗り広げた後手袋を着用して寝る



# マスク着用のダメな方法



鼻マスク



顎マスク

# 時々みかける マスクを二重にしている人？

Q: 「マスクを二重」にして  
対応すると効果が高いような気がします・・・

A: マスクは二重にすると効果が高いという  
証明はされていません。  
一枚を適切に着用し、表面が汚染したと  
思われる際に適宜交換したほうがリスクは  
下がり、バリアの効果が高いと  
考えられます。

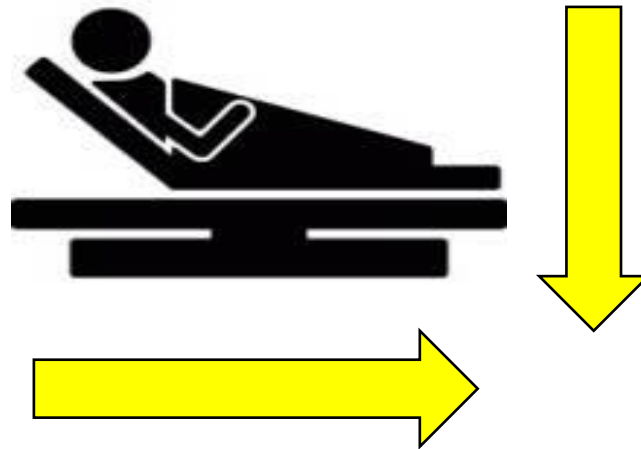


# 環境では「ばい菌」が長期間、生きている

微生物	環境表面での生存期間
S. aureus(MRSAを含む)	7日から7か月
Enterococcus spp. (VREを含む)	5日から4か月
Acinetobacter spp.	3日から5か月
Clostridium difficile (spores)	>5か月
ノロウイルス (and feline calicivirus)	8時間から2週間
Pseudomonas aeruginosa	6時間から16か月
Klebsiella spp.	2時間から30か月
Candida albicans	1日から120日

# 清掃

- 室内の奥から手前へ.
- 高いところから低いところへ一定方向に行く.
- 清潔な場所から不潔な場所へ.
- よく触る所を1日1回以上行う.
- 清掃回数と清掃箇所（よく触る所）がポイント.



# 清掃クロスの種類と特徴

消毒薬	特徴	使用例
アルコール	<ul style="list-style-type: none"><li>ほとんどすべての微生物に有効</li><li>速効性が高い</li></ul>	ドアノブ、電話、手すり、ストレッチマット、ダンベルなど（共有物品、手がよく触れる場所）
第四級アンモニウム塩	<ul style="list-style-type: none"><li>洗浄効果がある</li><li>タンパク質の汚れの除去に適する</li><li>結核菌、ウイルス、緑膿菌などに抵抗を示す</li></ul>	機器類、設備や備品などアルコールで劣化する物品
次亜塩素酸ナトリウム	<ul style="list-style-type: none"><li>細菌に対して速効的な殺菌力を発揮する</li><li>HIV、HBVなどウイルスにも効果がある</li></ul>	血液、体液による汚染時ノロウイルスへの対応



# 拭く時の注意点

- ・クロスやワイプを 一定方向 に動かし、汚染を拡げない。
- ・手袋を 外した後は、手指衛生を行い 新しい手袋 を着ける。
- ・ 他の場所の清掃へ移る際も、手袋を変える。
- ・ ベットマットなど広い面は、クロスは乾燥する前に交換。



# 次亜塩素酸ナトリウム溶液（希釈後）の保管期間は？

- 消毒薬の希釈は、原則、その都度必要量を調製.
- 希釈後（未使用）は、遮光容器で1か月間程度まで保存可能といわれています.
- 0.1%程度の高濃度液では7日間程度の使用が可能.
- 0.01%液などの低濃度液では有機物が混入した場合の濃度低下が大きいため、24時間ごとに作り換えるのが望ましい.
- 以上のことから、次亜塩素酸ナトリウム製品（原液）を消毒対象に応じた使用濃度で調製して、24時間ごとに作り換えている施設が多い.

【参考文献】 尾家重治：シチュエーションに応じた消毒薬の選び方と使い方 第20回  
月刊薬事,55巻9号,Page1606-1608(2013.09)

# 消毒薬のQ & A

Q

速乾性の擦式アルコール製剤にはベンザルコニウム塩化物（オスバンなど）やクロルヘキシジン（ヒビテンなど）が配合された製品と、アルコール単剤の製品があるが、どちらがよいか？

※アルコール単剤の製品の方がよい。

Q

手荒れがひどい場合に使用できる速乾性の擦式アルコール製剤はあるか？

※手荒れがひどい場合に使用可能なアルコール製剤はない。

# 消毒薬の噴霧はなぜだめなのか？



- 散布でむらができる
- 濃度が一定に保てない

消毒効果が低い

- 塩素ガス、アルコール揮発など作業者が吸い込み、粘膜刺激となり眼、鼻、口、気道などに健康被害が生じる。

# 体調管理が大切です！

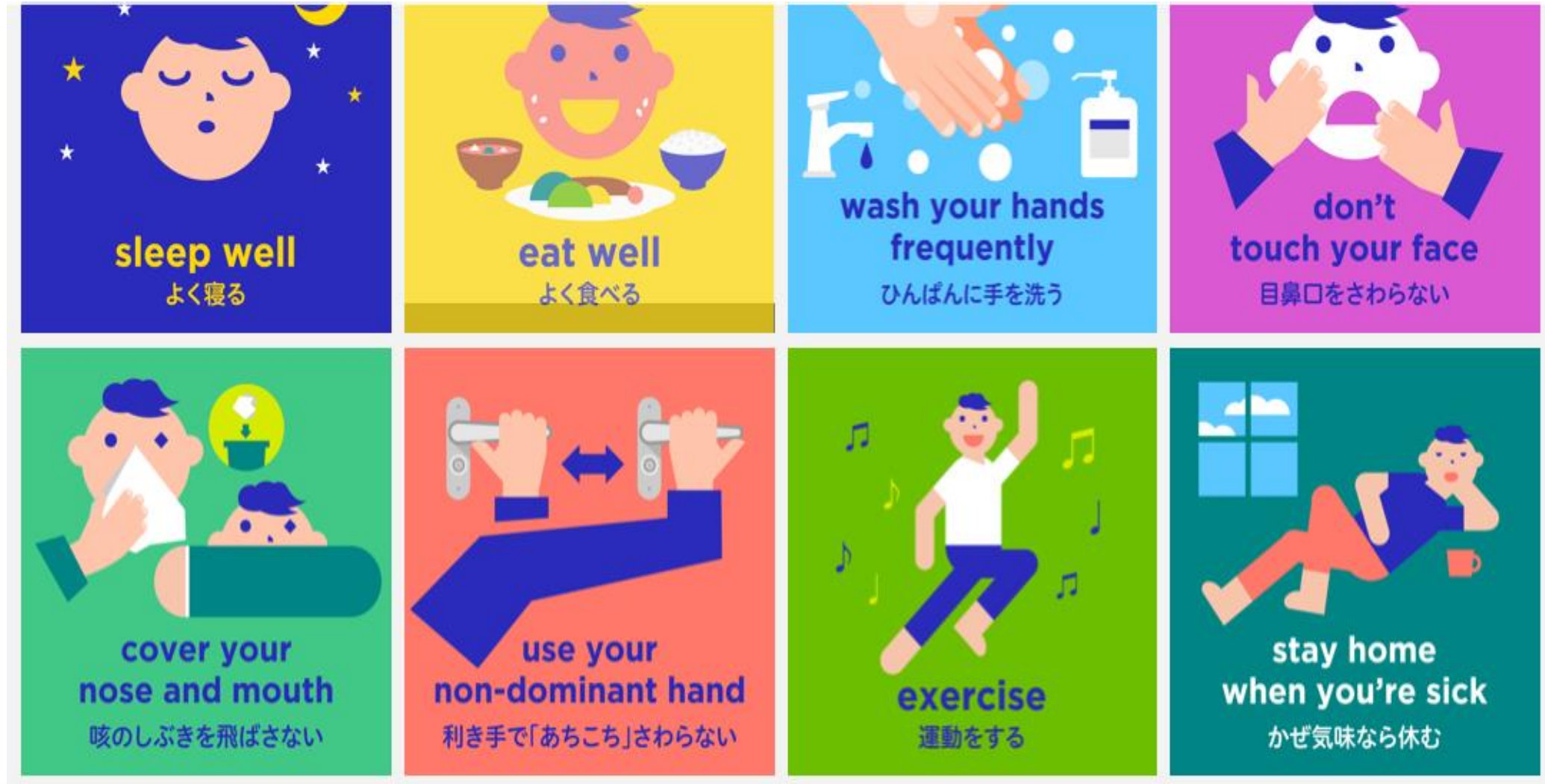


- 37.5°C以上の発熱
- 嘔吐、下痢
- 咳などの呼吸器症状
- 体がだるい

睡眠が大切です！



# 最後に大事なこと 8つ



# 新型コロナウイルス対応における気持ちの持ち方

## ○目の前のことに集中する…「マインドフルネス」

今、ここに集中する

ありのままを受け止め、気づきを得る

## ○希望を持ち続ける…「共通の人間性」

チーム全体でカバーする

自分は一人じゃない、皆がいると思えるように

## ○自分に思いやりをもつ…「自分への優しさ」

自分で自分をケアする

湧き出た優しい気持ちを自分にも向ける