



# 手洗い/手指衛生の 重要性と方法

# 学習内容



- 手洗い/手指衛生の重要性
- 手洗い/手指衛生の方法

# 常在菌叢

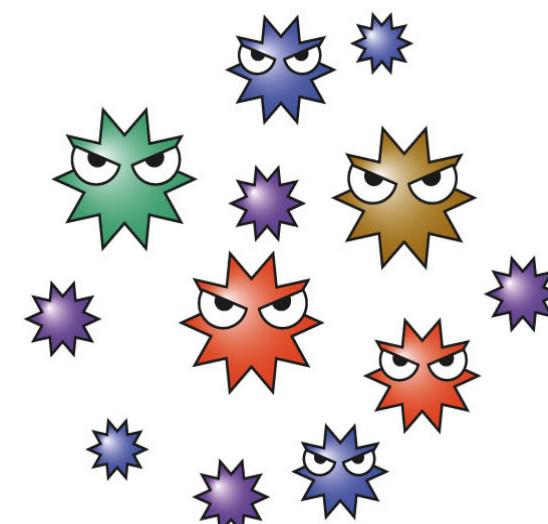


## ●皮膚の常在菌叢

- コアグラーーゼ陰性ブドウ球菌
- コリネバクテリウム属菌
- プロピオニバクテリウム属菌
- アシнетバクター属菌

## ●細菌の増殖

- 20分で2倍に
- 40分で4倍に



## ●個人の手指の衛生保持は非常に重要

# 通過菌叢



## ●通過菌叢

- 大腸菌
- 緑膿菌
- カンジダ属菌
- ウイルス
- ケア中に細菌が付着 → 手の上で繁殖
- 定着しない



# いつ手指の汚染除去をする必要があるか？

- 自分自身を病原体から守るため
- 手指を介して院内で病原体の伝播・拡散を防ぐ
- 患者と接触する前
- 患者と接触した後
- 手袋をはずした後
- 汚染した可能性がある場合

手指衛生の原則は  
「一処置一手指衛生」





## いつ手指の汚染を除去する必要があるか？

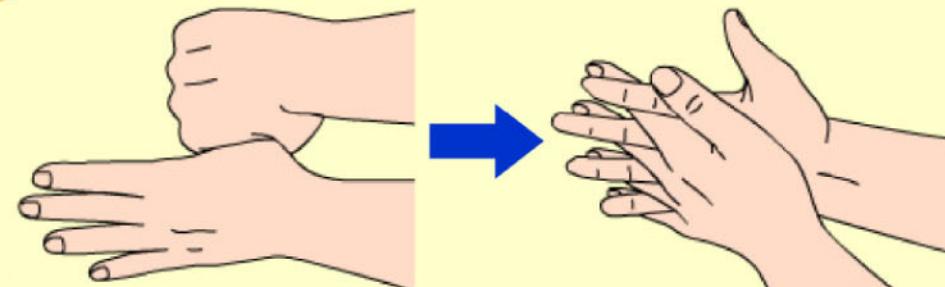
- 以下のものに接触した場合には手洗い／手指衛生を行う
  - 血液・体液
  - 粘膜
  - 正常でない皮膚
  - 汚染した医療器具

# 手洗いの手順 (1)



# 手洗いの手順 (2)

7



指の間も十分に洗ってください。

8



両手の手首も洗います。  
全ての表面がきれいになるように、  
15秒間ぐらい時間をかけます。

11



ペーパータオルを使って、水道  
の蛇口を閉めます。直接蛇口に触れて、  
再び手を汚さないようにしてください。

10



ペーパータオルで  
手をふきます。

9



よくすすぎます。

# 速乾性擦式アルコール製剤による 手指衛生の手順



- ① 手掌に薬剤を十分量とる
- ② 両手掌に広げて擦り込む
- ③ 両手指先と爪の周囲に擦り込む
- ④ 手の甲全体に広げ擦り込む
- ⑤ 指間、拇指とその周囲に擦り込む
- ⑥ 両手首に擦り込む

# 手指衛生の種類



## ●目に見える汚れがあるとき

- 非抗菌石けんと流水、または抗菌石けんと流水で手洗いの手順通りていねいに手を洗う
- ディスペンサーに入った液体石けんを使う  
(注ぎ足しはしない)

## ●目に見える汚れないとき

- 手が汚物や油、体液などで汚染されていないときは速乾性擦式アルコール製剤を用い、手洗いと同様の手技で十分擦り込む

# まとめ

病原菌の伝播拡散を防止するために  
手の清潔に十分に注意することは自  
分自身はもちろん患者や家族を感染  
から守ります



# Q & A



- 手荒れを防ぐために、手洗い後にはペーパータオルで水分を軽く拭き取り、自然乾燥するよう指導しました。この指導は正しいですか？

YES

NO

手荒れを防ぐためには、ペーパータオルで十分水分を拭き取り、完全に手指を乾燥させることが重要である



### 【注意事項・免責事項】

- ・本プレゼンテーション資料の著作権は、日本環境感染学会に帰属します。
- ・ユーザーは、これら（一部あるいは全部を問わず）を医療を提供する現場において医療従事者や職員の教育や指導のために使用する場合、自由に使用可能です。
- ・日本環境感染学会会員向けには自施設内にカスタマイズ可能なPowerPoint素材が用意されています。ダウンロードにはID（会員番号）＆パスワード（生年月日）が必要です。
- ・商用のための複製、公開、送信、頒布、譲渡、貸与、翻訳、転載、再利用を禁じます。
- ・Acrobat (pdf)版は日本環境感染学会教育委員会により内容の評価をしていますが、PowerPoint版は内容が変更可能になっているため、入手後の内容の評価・変更・使用については自己責任とします。

総監修： 大久保 憲

制作・編集： [日本環境感染学会教育委員会委員ならびに本教育資材制作協力委員]

内田美保 内山正子 大友陽子 奥住捷子 加来浩器 木津純子  
木村 哲 草地信也 黒田恵美 白石 正 新谷良澄 高崎晴子  
高野八百子 田中美智男 谷村久美 長沢光章 藤田 烈  
藤本卓司 堀 賢 本田順一 操 華子 満田年宏 森兼啓太  
森澤雄司 吉田 敦 (50音順)

制作協力： 株式会社 キューラ メディクス