

日時： 平成 20 年 4 月 28 日 (月)

担当： 安全管理対策室

感染管理認定看護師 小澤美紀

## 第 1 回 感染予防教室

「感染予防の基本は、ズバリ手洗い！！」

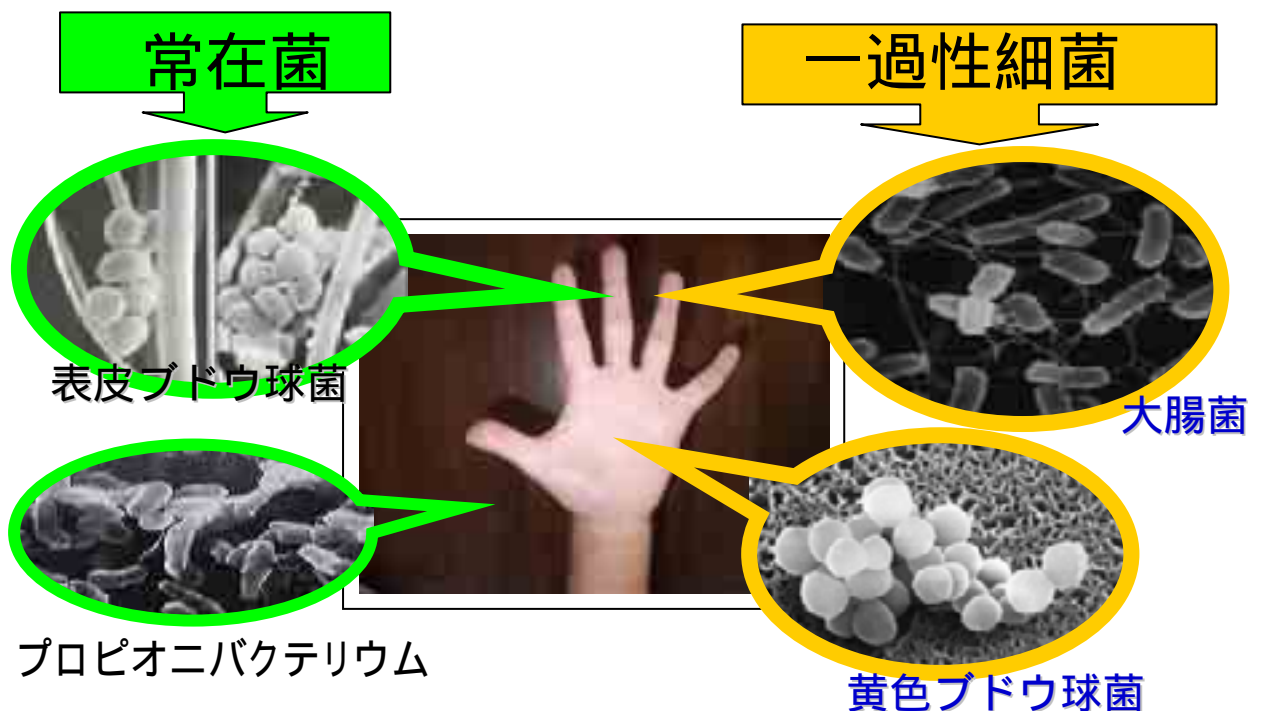
私たちの手には、見えない微生物が**いつも**ついてきます。

### 1. 常在細菌

- ・ 常にヒトに住みついて、外からの侵入菌の増殖を防いでくれたり、紫外線から守ってくれたりする。
- ・ 常在菌も、健康な肌を作り出す菌（善玉常在菌）とトラブルの原因になる常在菌（悪玉常在菌）がある。
- ・ 健康であれば善玉常在菌が活発に働き、悪玉常在菌の増殖を防いでくれる。
- ・ 健康であれば感染源にはならないが、抵抗力が落ちた状態では感染を起こすことがある。

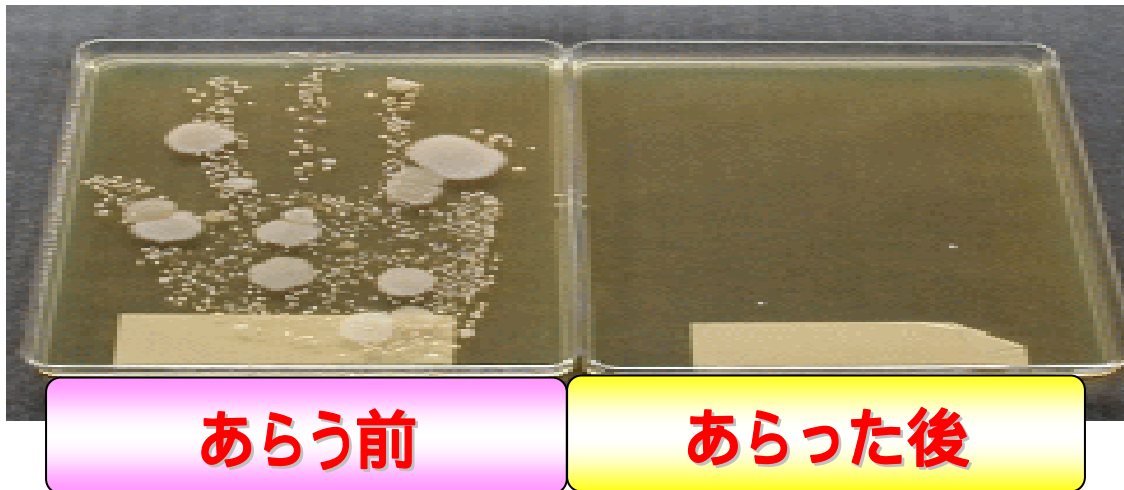
### 2. 一過性細菌（通過菌）

- ・ 一時的に手にくっつき、感染源になりやすい。



# 手を洗うと細菌はこれだけ落ちます！！

手を洗う前とすりこみ式手指消毒剤で洗ったあとを、スタンプで培養した結果



1. 「目に見えて汚れがない場合」はすり込み式手指消毒剤で洗いましょう。



	3 ml 使用	1 ml 使用
平均殺菌率 (%)	99.4%	51.1%

2. 「目に見える汚れがある場合」「明らかに汚れたとき」は、流水と石けんで洗いましょう。

流水と石けんで15秒間手洗い

手の細菌数は4分の1から12分の1に減少

30秒間手洗い

手の細菌数は63分の1から630分の1に減少

ちなみに、すりこみ式手指消毒剤で30秒間手洗いを行うと、手の細菌数は3000分の1に減少

けれども、手洗いをしすぎると手荒れを起こし、細菌がくっつきやすく、とれにくくなります。

過ぎたるは及ばざるがごとし



正しく、手を洗いましょう