



今回は「感染対策の基本」かつ「看護ケアの基本」となる手指衛生について紹介させていただきます。現在、第5波を迎えているコロナや、これからシーズンを迎えるインフルエンザ対策にも是非！！

## 医療従事者に求められる手指衛生

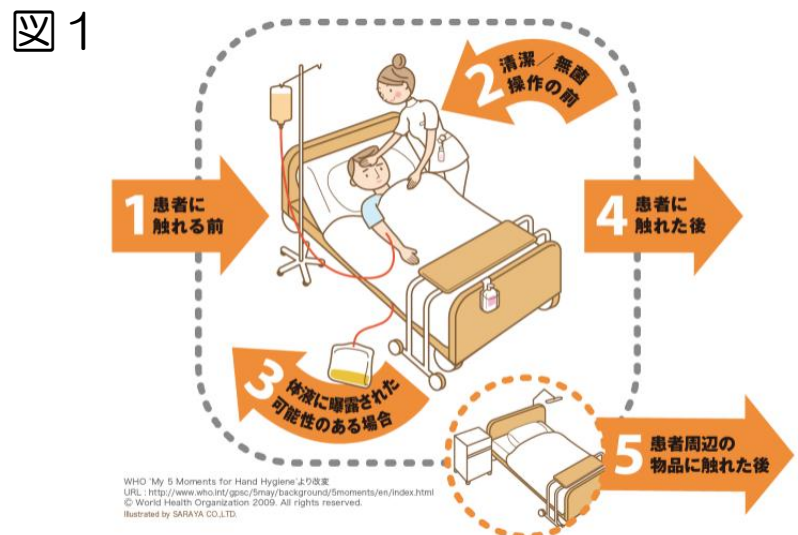
医療従事者が医療行為や介護の前後に必要な手指衛生は、衛生的手洗いです。衛生的手洗いの方法として医療現場では、石けんと流水による手洗いとアルコール手指消毒剤を用いた手指消毒が行われます。手が目に見えて汚れていない場合は、アルコール手指消毒剤を用いた手指消毒が推奨されます。その理由として、

- (1) アルコール手指消毒剤を用いた手指消毒は、石けんと流水による手洗いよりも短時間で効果的な手指衛生を行うことができること、
  - (2) アルコール手指消毒剤は配置場所を選ばず携帯することも可能なため、いつでも、どこでも手指衛生を行うことができること、
  - (3) 保湿剤を含むアルコール手指消毒剤を用いた手指消毒は手洗い剤と流水による手洗いより手荒れが起きにくいこと、
- が挙げられます。

しかし、アルコール手指消毒剤には洗浄効果はありません。したがって、手が目に見えて汚れている場合は、石けんと流水による手洗いを行い、汚れを洗い落とします。また、アルコール手指消毒剤の殺菌成分であるアルコールに対して抵抗性を示すクロストリディオイデス・ディフィシル（CD）などの芽胞やノロウイルス、ロタウイルスなどのエンベロープを持たないウイルスを除去したい場合は、石けんと流水による手洗いを行い、手から細菌やウイルスを物理的に洗い落とす必要があります。

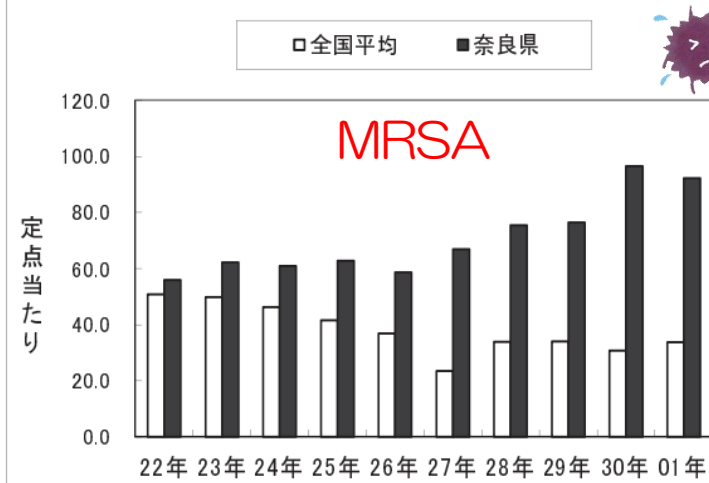
WHO（世界保健機関）は、医療現場における手指衛生のためのガイドラインやそれに付随する教育ツールの中で、患者ケアにおける手指衛生のポイントを5つのタイミングとしてしぼりこみ、5momentsとして世界的に啓発をしています。（図1）

患者ケア時における手指衛生の5つのタイミング



細菌は「20分で2倍」に「40分で4倍」に増殖します。取り除くことが困難で皮膚の深層に付着しています。

図 23-2 過去10年間の全国と奈良県の定点当たり報告数



私たちの働く奈良県はMRSAの定点あたりの報告数が4年連続全国ワースト1位となっています。MRSAの発生率は手指衛生の遵守率と相関があるとされています。MRSAなどの薬剤耐性菌がスタッフの手指を介して患者さんに伝播・感染すると患者さんの治療の選択枝を減らすこととなります。当院でも手指衛生遵守率アップを目指し啓蒙・キャンペーンを行っています。手指衛生は自分自身はもちろん患者さんや家族も感染から守ります。しっかり、手を洗って患者さんのケアを行いましょう！



担当：里内

感染リスクに基づく手洗いレベルの分類

