

《感染管理認定看護師の紹介》

『院内に感染を持ち込まない・拡げない・持ち出さない』ために、日々職員がきちんと感染対策が出来ているか、間違えた方法ではないか、ほぼ毎日ラウンドをしています。私が全部行うのではなく職員が同じように出来るように、指導をするのが必要です。

★今回のニュースレターは、**手洗いの必要性**です。

もう手洗いはきちんとやっています。と言われるかもしれませんが、手洗いがきちんと出来ないと自分も感染してしまいます。患者さんの間をウイルスや菌を持ってしまい、感染されてしまうことがあります。

家の中や外には、目に見えないたくさんの菌が付着しています。菌は目に見えないので、知らず知らずのうちに菌をもち込んだり、もち出したり、広げたりすることが考えられます。手洗いは、感染経路を遮断するためにとっても大切です。

手洗いのタイミング

感染を起こすには様々なルートがあります。口から食べ物とともに感染する「**経口感染**」、くしゃみや咳とともに見えない小さな粒子となって排出された病原体が鼻や口から感染する「**飛沫感染**」（空気感染）、汚染された物に触って感染する「**接触感染**」があります。

様々な感染経路がありますが、基本的には手洗いでかなり感染が防げるといわれています。特に接触感染や経口感染の予防には欠かせないことです。

手洗いはこのぐらいしてないとウイルスなどは落ちていません

| 手洗いの方法 | 残存ウイルス数 (残存率)※ |
|------------------------------|-------------------|
| 手洗いなし | 約1,000,000個 |
| 流水で15秒手洗い | 約10,000個 (約1%) |
| 石鹸で10秒または30秒もみ洗い後、流水ですすぎ | 数百個 (約0.01%) |
| 石鹸で60秒もみ洗い後、流水で15秒すすぎ | 数十個 (約0.001%) |
| 石鹸で10秒もみ洗い後、流水で15秒すすぎを2回繰り返す | 約数個 (約0.0001%) |

これ位
いてねいに

※手洗いなしと比較した場合

出典：森次ほか（感染症学雑誌，80：496-500，2006）

手指消毒のポイントです

手指消毒のポイント

- 1 アルコール消毒液は、両手に噴霧することが重要です。また、指先をおりまけて、行きわたりにくい箇所でもある指先にも噴霧できるようにします。
- 2 すすぎ不十分で石けん成分が残っていたり、水気が残っているとアルコールの効果は減少します。しっかり流水ですすぎで、しっかり水気を拭き取ってからアルコールを噴霧してください。
- 3 アルコールは噴霧するだけでなく、しっかりとすり込むことが大切です。手洗いと同じ手順で、しっかりとすり込みましょう。

感染管理認定看護師



相内 ひとみ
感染対策専従者

認定看護師（CN：certified Nurse）とは公益社団法人日本看護協会の認定看護師認定審査に合格し、ある特定の看護分野において熟練した看護技術と知識を有することが認められたものを言います。

【認定看護師の役割】

1. 指導：
看護実践を通して看護職に対し指導を行う。
2. 相談：
看護職等に対しコンサルテーションを行う。
3. 実践：
個人、家族及び集団に対して、高い臨床推論力と病態判断力に基づき、熟練した看護技術及び知識を用いて水準の高い看護を実践する。



認定看護師会からのお知らせ

ニュースレターは、年6回の発行を予定しています。認定看護師の院内外の活動を紹介していく予定です。

- 千葉徳洲会病院では、5分野の認定看護師が活動しています。
(感染管理、緩和ケア、がん化学療法看護、認知症看護、皮膚・排泄ケア)
- 千葉徳洲会病院での医療講演も随時行っています。

院外での研修会や勉強会に出向くことも可能です。

お気軽にお問い合わせください。
問い合わせ窓口：友の会まで



