



感染予防の基本 「標準予防策」 を復習しよう

訪問看護ステーションエリア

高川 広子

今日の目標

- 1 標準予防策のひとつ「手指衛生」をやってみよう
- 2 やってみて気づいたことを共有しよう
- 3 必要な時に即実践できるように備えよう

標準予防策ってなんだっけ…？

- 全ての利用者さまに対して標準的に行う感染予防策

血液、体液（汗を除く）、粘膜、正常でない皮膚は感染の可能性
があるものとして素手で扱わない、触れない。

標準予防策 + 経路別予防策（感染症を疑えば加える感染対策）

接触予防策

飛沫予防策

空気予防策

標準予防策の目的

- 利用者を守る
- 自分を守る

感染を運ばない

持ち出さない
持ち帰らない

介護の場面で特に注意が必要なのは

嘔吐物

排泄物

粘膜

発疹や正
常でない
皮膚

これらに触
れた手指

標準予防策の考え方

- 感染源が見てもわからない
- 全ての人に感染症検査はできない
- ウィンドウピリオド
- 未知なる感染症

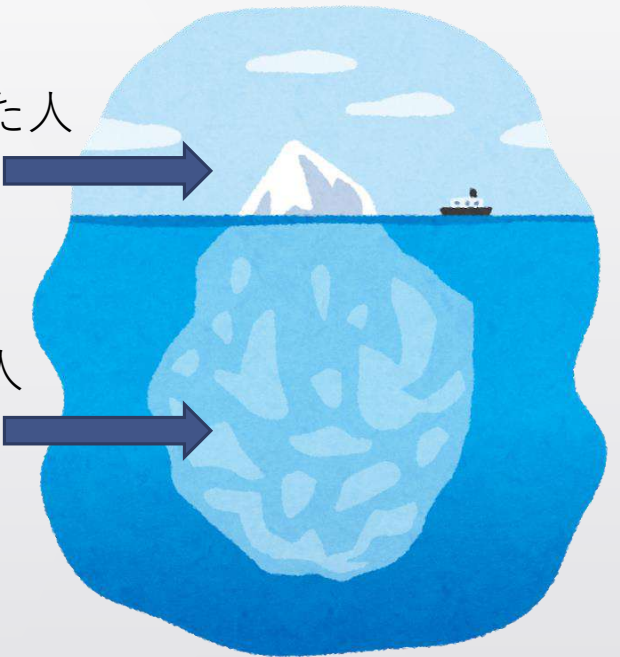


- **感染症の有無で予防策を決めることはできないから標準予防策を実践する**

感染症と分かった人



感染症かどうかわからない人
検査を受けていない
(ウィンドウピリオド)



標準予防策の具体的な項目

- 手指衛生
- 個人防護具の使用
- 呼吸器衛生、咳エチケット
- ケア用品の管理、洗浄消毒
- 環境整備

手指衛生

手指衛生をいつやるか

病原体が侵入しそうなとき

- 利用者に触れる前
- 利用者に触れた後
- 体液や排泄物に触れた後
- 利用者の周囲の物品に触れた後

手指衛生 手指衛生を行う理由

- ・手を洗うのは、その手が汚い(可能性がある)から
- ・病原体の伝播には介護職の手が大きく関与している
- ・伝播のみならず、介護職自身にも感染のおそれがある

演習 手洗いの効果を確認してみよう

モデル1：一般的な介護職

モデル2：手のケアが十分にされた介護職

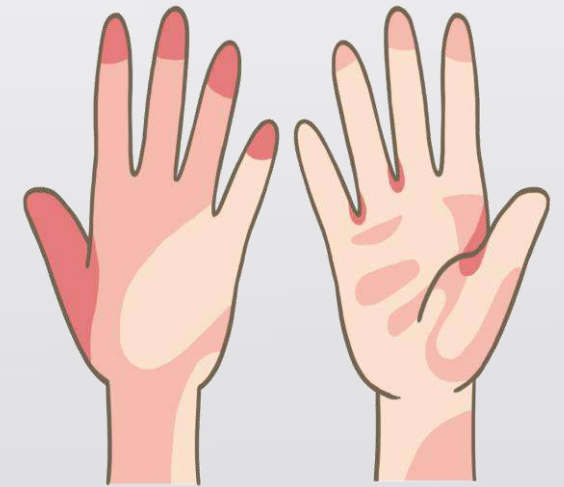
手指衛生 手洗い

私たちが業務で行う手洗いは**衛生的手洗い**

- ・ 感染予防の基本、最も感染予防効果が高い。
- ・ 液体石けんをていねいに泡立てて洗う
- ・ **流水**で15秒以上ゴシゴシ**洗い流す**
- ・ 最近では手荒れ防止のため手洗いより手指消毒を推奨している。

* 利用者の手指の清潔ケアもしましょう

洗い残しがおきやすい部分



手指衛生 手指消毒

ポイント

- ① 消毒剤の適量
- ② 残しやすい部位
- ③ 消毒にかかる時間

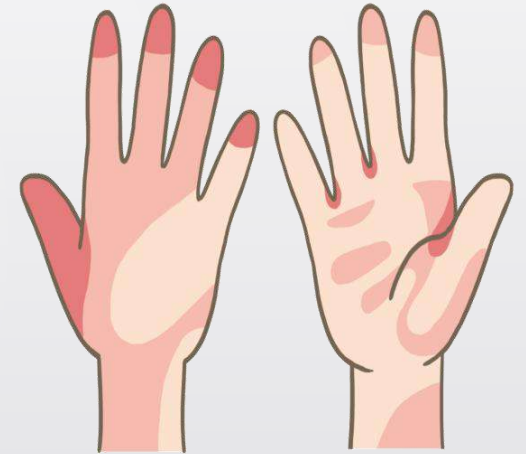
手指消毒の手順

出典：「日本環境感染学会教育ツールVer.3.1より引用」



手指衛生 手指消毒 覚えておくポイント

- ① 消毒剤の適量 3m l
- ② 残しやすい部位 洗い残しやすい
ところ
- ③ 消毒にかかる時間 最低 1 5 秒



すりこんで乾燥してから効果を発揮します

手指衛生 手あれを予防しよう

手あれにより正常な皮膚にある常在菌の働きが低下する

手あれのすきまに菌が入り込んで、

バイオフィルム (BF) を形成

手洗いの効果が下がる

増殖した菌から放出される毒素により手荒れが悪化



感染リスクの上
昇

手指衛生 手荒れ予防

保湿ケア

使用量の目安



- 手洗い後の水気を30秒かけてしっかり拭き取る
- 水分+油分の補給
- 手のひらでクリームを温めてからなじませるように塗る
- 手を使わない夜の時間にしっかり保湿ケア

手指衛生の物品管理

- 液体石鹼の容器は洗って乾燥させてから注ぎたしをする。
- ペーパータオル、自分専用手拭き...でも汗も拭いちゃう？
- ふたつきゴミ箱に 8 割程度たまったら処分（手袋をつけて）
- 消毒液のふき取りシート、液体石鹼、ハンドケア剤、ペーパータオル

個人防護具を使う目的

- 血液や体液、排泄物に自分が暴露しないように使う。
- 自分に病原体がついたまま、他の利用者や環境、職員へ拡げないように使う。

手袋、防水性のガウンやエプロン、マスク、ゴーグル
（フェイスシールド）、
足カバー（利用者宅）

個人防護具をいつ使う？ 病原体が侵入しそうなとき

- 利用者に触れる前
- 利用者に触れた後
- 体液や排泄物に触れた後
- 利用者の周囲の物品に触れた後

ケアが終わったらすぐにはずす

個人防護具 手袋

- 両手に装着する
- 汗以外の体液に触れる時、自分自身の手に傷がある時に装着する
- 外側に触れないように、汚染した飛沫を広げないようにゆっくりはずす（中表なるように外し左右ひとまとめにする（手袋をはずす時に汚染することがある）
- 外したあとに手指衛生（手指衛生の代用にはならない）

個人防護具 マスク

- 不織布マスクをする。
- すきまがないように装着する。
- 原則一度はずしたら捨てる。
- 外すときは耳のゴムひもだけに触れてはせず、マスクの外側も内側も汚染している
- 利用者にもマスクをしてもらう

接触感染に注意！

新型コロナウイルスの感染経路として
飛沫感染のほか、**接触感染**に注意が必要です。

人は、“無意識に”顔を触っています！



そのうち、目、鼻、口などの**粘膜**は、
約**44パーセント**を占めています！

(参考文献)

Yen Lee Angela Kwok, Jan Gralton, Mary-Louise McLaws. Face touching: A frequent habit that has implications for hand hygiene. Am J Infect Control. 2015 Feb 1; 43(2):112-114
(<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7115329/>)

個人防護具

ガウン、エプロン

①個人防護具の着脱方法

着脱順序

着ける順番

エプロン
ガウン

マスク

ゴーグル
フェイスシールド

手袋

外す順番

手袋

ゴーグル
フェイスシールド

エプロン
ガウン

マスク

個人防護具の装着前、外した後に手指衛生を実施する
(手指が汚染した場合は、いつでも必要に応じて手指衛生を実施する)

こんな症例がありました

- 「ご家族のひとりが自宅隔離中である、コロナに感染しているかも」と訪問の1時間前に主介護者から電話連絡をもらった。
- 療養者と家族全員体調に変化なし。
- 保健所からの連絡を待たずに家族のPCR検査は陰性と判明し訪問介護、訪問入浴は翌日再開された。
- 対応する看護師を変更、防護具を装着して通常内容の訪問看護。数日間はひとりの看護師で対応。その後保健所から指示された日まで防護具を装着して感染対策。
- 家族からの連絡により事前に感染対策の準備ができた。

利用者宅での防護具装着

ゴミ袋で自分だけの
ゾーンを確保（玄関）



これだけ
持って訪問

ゴミ袋を広げて終了時の
準備 ケア開始

利用者宅で防護具 をはずす

一番汚れている
手袋から



手指消毒



ガウンを外した



ヘアキャップと
フェイスシールド

ゴミ袋の口を結んで
利用者宅で処理をし
てもらう



足カバーを外しながら靴を履く



ゴミ袋へ



基本はわかっている、利用者宅での手指衛生と防護具のつけはずしに検証と応用が必要。

- ・自分だけのゾーンを確保して防護具のつけはずし、足カバーは必須アイテム
- ・最大のレッドゾーンは洗面所だった
- ・とにかく暑い、からだも気持ちも疲れる
- ・終了後は必ずステーションにもどる、手洗いや着替え等

標準予防策 呼吸器衛生、咳エチケット

- くしゃみや咳をする時は口や鼻を覆う、ハンカチや肘ブロック
- くしゃみや痰が付着したら手を洗う。
- 利用者、家族、介護職員すべての人が対象。

標準予防策 ケア用品の管理、洗浄消毒

- 使用した物品の洗浄は防護具をつけて行う。
- 洗浄後に消毒をする。よく乾燥させる。
- 交換したリネンは埃が散らないように静かに扱う。
- 汚れたリネンを抱えるなど衣服に接触しないようにする。
- 床に置かない。

標準予防策 環境整備

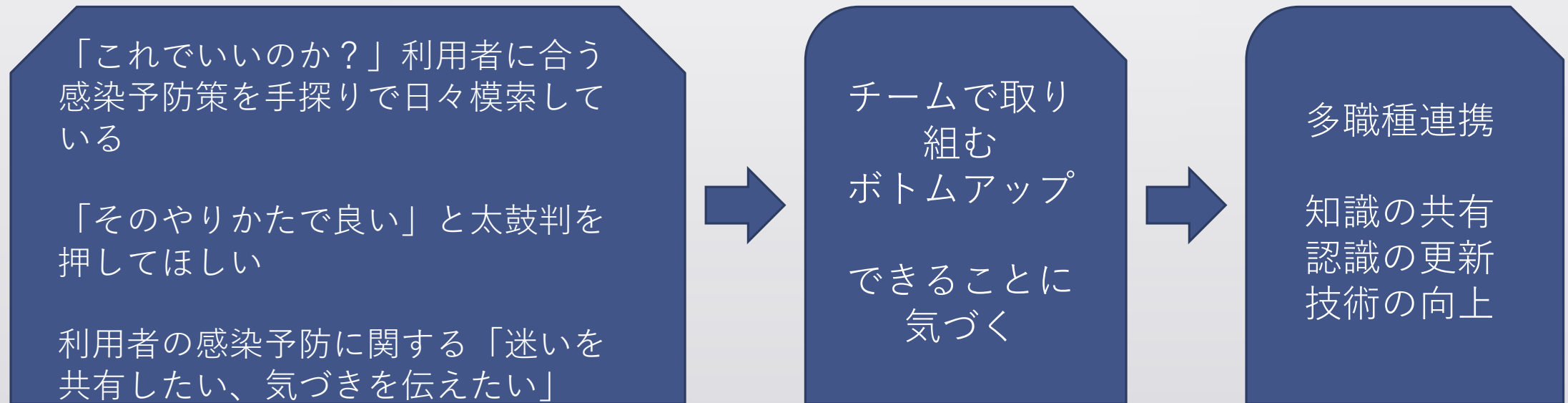
- 毎日の掃除が基本

（水滴でびしょびしょの手洗い場、ヌルヌルの排水口、満タンのゴミ箱など）

- 手が頻繁に触れる場所を消毒剤入り洗剤でふきとり（ドアハンドル、ベッドサイドレール、テーブル、リモコン、洗面台、車椅子のレバーなど）
- 床の消毒はいらない。
- 消毒剤を空中に噴霧しない。

まとめ 生活の場での感染予防に求められること

知識（基本の標準予防策） + 技術（生活の場での応用力）



ご清聴ありがとうございました



- 参考文献
- 感染予防の基本 公益社団法人 日本看護協会
- 訪問看護と介護 医学書院2020/12「コロナ禍で在宅ケアをつなぐために」
地域のケアをつなぎ直す 千葉県流山市の取り組みから
利用者の、そしてスタッフのいのちと健康、生活を守るために 一般社団法人コミュニティヘルス研究機構
機構長・理事長 山岸暁美
- 訪問看護と介護 医学書院2021/7「在宅療養生活支援の見える化の試行」酒井美絵子
- 訪問看護と介護 医学書院2021/8「引き算の訪問看護で最低限の最高の15分を追求する」
ウィル訪問看護ステーション江戸川所長 岩本大希 北須磨訪問看護・リハビリセンター所長 藤田 愛