

感染防止対策委員会ニュース 第三号

発行日 平成 14 年 8 月 20 日

発行 院内感染防止対策委員会

今回は“手洗い”についての特集です

- 1) 8 月 5 日～7 日に実施した手洗い自己チェックの結果
 - ・ 参加率は 86.1% でした。(79 名中 68 名)
 - ・ 手に付けたでん粉をこすって落とす時間が 10 秒の場合、洗い残しが多い。20 秒の場合は一部洗い残しがあり、爪周囲、手の甲に多い。
 - ・ 30 秒以上こすった人では、洗い残しがほとんど見られなかった。
 - ・ でん粉がヌルヌルするため、ほとんどの職員は普段よりも時間をかけてこすっていたようです。

- 2) 普段の手洗いにかけている時間

意識しないで普通に手洗いしている時、ハンドソープでこすっている時間を 25 名で調べると以下のようでした

10 秒以下・・・11 名

11 秒～19 秒・・・8 名

20 秒以上・・・6 名

調べたうち約 75%の職員が 20 秒以下の手洗いで済ませており、5 秒以下というのも 2 名いました。

正しい手洗いのためには、20 秒以上ハンドソープでこすらなければなりません。

- 3) 今回の手洗い自己チェックで模範的な手洗いを実行された津田看護師と川合事務員に以下の 2 点について質問しました。以下原文のまま載せますので、みなさん参考にしてください。

Q1 . 普段から手洗いに関して心がけている事は？

Q2 . 手洗いのコツ、ポイントについて

A1 . (津田): 手に付着したものは、洗い流す事が第一と考え励行しています。自分の健康維持も手の清潔から。また、医療従事者としても手でケアする自分たちは、常に手を清潔にしておくことが相手の健康をも守ることと信じて行ってきました。

A1 . (川合): 正直なところ手洗いの重要性に関しては、この病院に従事することで知りました。入院患者さんは終日院内に居られるわけですから、有害なる細菌を院内に持ち込むのは家に帰る私たちとの認識を常に持つことです。事務業務のほか入退院患者さん及び通所患者さんの送迎を行っており、多少なりとも患者

さんに携わる機会があるため、要には入念に手洗いをすることとしています。
私の要としては、業務開始前（できれば入社時）、患者さんに携る前後、不潔物に触れた後、食事前後としております。

A2 .(津田): 洗い残しのない手順を習慣として身につける。

石ケンを使わなくても手順通りによく洗う（1,両親指・2,手掌と指間・3,手背・4,手首・5,爪）

爪は指頭より長くしない（爪にアカが貯まらない）

A2 .(川合): 特別な手洗いのコツ及びポイントはありませんが、最初は洗い残しとなりやすい場所を頭の中で描き、時間を掛けて入念に手洗いを行ったことにより、自分なりのコツを身に付いたのではないかと思います。「事務の人は手洗いに時間を掛けられるかいいけど」と思う方もおられると思いますが、1秒を争う業務はないと考えます。今回は私が模範的な手洗いであったとのことでしたが、常に患者さんと携る職員が模範となり私たちに注意して頂きたいと思います。

4)手荒れについて

手に付いた菌には 付着菌（皮膚の表面にいる）…一過性細菌とも言う（例:大腸菌）
生息菌（皮脂腺などに住む）…常在菌とも言う

手が荒れていると、とも数がふえる。

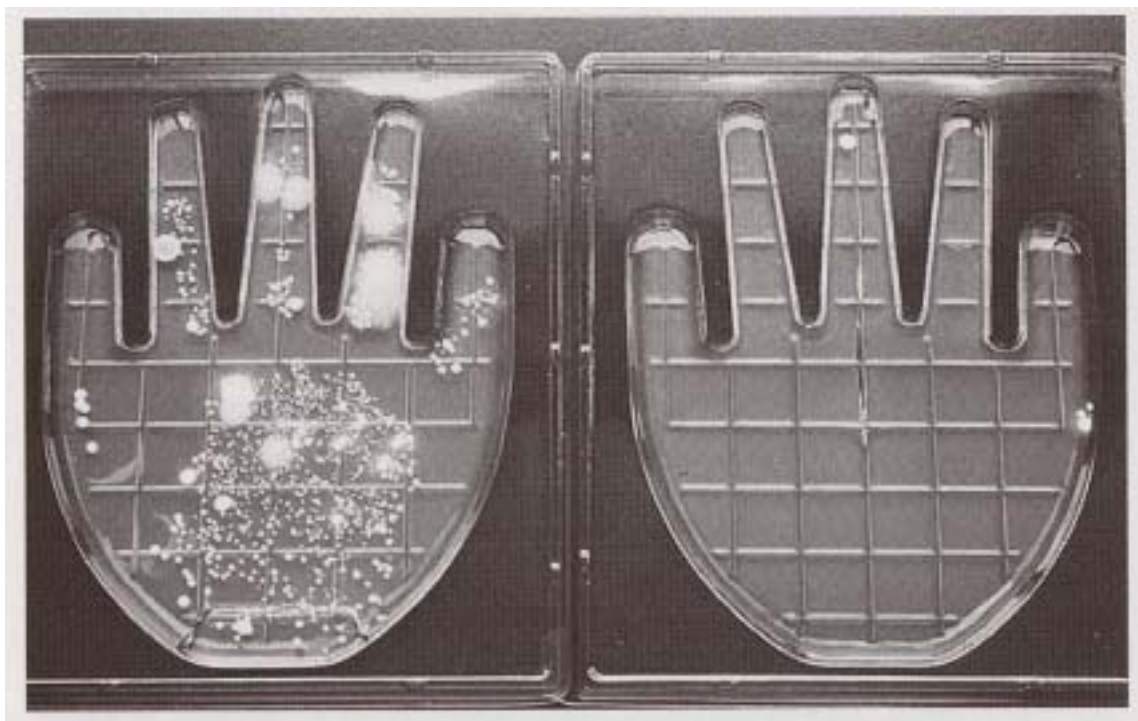


図1 . 手洗い前（色々な種類のたくさんの菌がついている）

図2 . 手洗い後（表面についていた菌は落ちて、きれい）



図3 . 手荒れを起こしている人が手洗いをした5分後
非常に多くの菌が見られ、しかも殆ど同じ種類。すなわち皮脂腺などに住む生息菌がでてきた。

いくら細かい規則を忠実に守っても、手洗いがいい加減では何にもなりません。今回、模範的な手洗いをした2名の方のお話を参考にして、今後一層正しい手洗いの実行と、継続を心がけてください。



- 、洗い残しがないように、普段から洗う順序を決めておく
- 、石ケンをつけてこする時間は20秒以上
- 、手の乾燥は充分におこなう
- 、爪は短く切っておく
- 、手荒れ対策をする

20秒間という時間は、案外永く感じます。実際に20秒間を測って体で覚えてください。その時間がもったいないと感じる人は、その間に片足立ちをしましょう。片足一回1分間、一日3回片足立ちを続けると、骨粗しょう症の予防につながるというデータがあります。また、バランス感覚が養われて、転倒しにくくなります。