

# 手指衛生

# 学習内容

1. 手指衛生の必要性
2. 手指衛生のタイミング
3. 手指衛生の手順

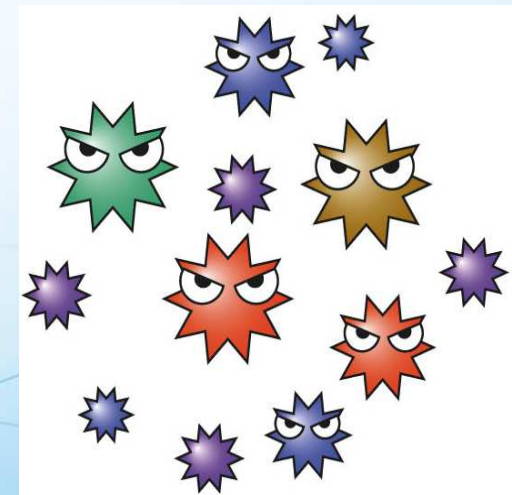
# 常在菌叢

## 皮膚の常在菌叢

- コアグラージェ陰性ブドウ球菌
- コリネバクテリウム属菌
- プロピオニバクテリウム属菌
- アシネトバクター属菌

## 細菌の増殖

- 20分で2倍に
- 40分で4倍に



取り除くことが困難、皮膚の深層に付着している

# 通過菌叢

## 通過菌叢(一過性細菌叢)

- 大腸菌
- 緑膿菌
- カンジダ属菌
- ウイルス



ケア中に細菌が付着手の上で繁殖定着しない  
病院感染を起こしやすい

# 医療従事者の手を介した 病原体の感染経路

- 患者の皮膚には病原体が存在し、周囲の環境・物にも付着している
- ケアにより、医療従事者の手指に移動する
- 病原体は医療従事者の手指で数分間は生き続ける
- 医療従事者の手指衛生が不十分
- 病原体によって汚染された手指が別の患者に直接接触するか、その患者が直接接触する物体に接触する

# 手指衛生の必要性

- 自分自身を病原体から守るため
- 手指を介して院内で病原体の伝播・拡散を防ぐ

病原菌の伝播拡散を防止するために  
手の清潔に十分に注意することは自  
分自身はもちろん患者や家族を感染  
から守ります



手指衛生の原則は  
「一処置一手指衛生」

# WHOの手指衛生ガイドライン

- 2009年  
「医療における手指衛生についてのガイドライン」
- 病原体の伝播には医療従事者の手指が大きな役割を果たしているので手指衛生は重要な感染対策である

# 手指衛生が必要な5つのタイミング

患者ゾーン

1.患者に触れる前  
(入室前・診察前)

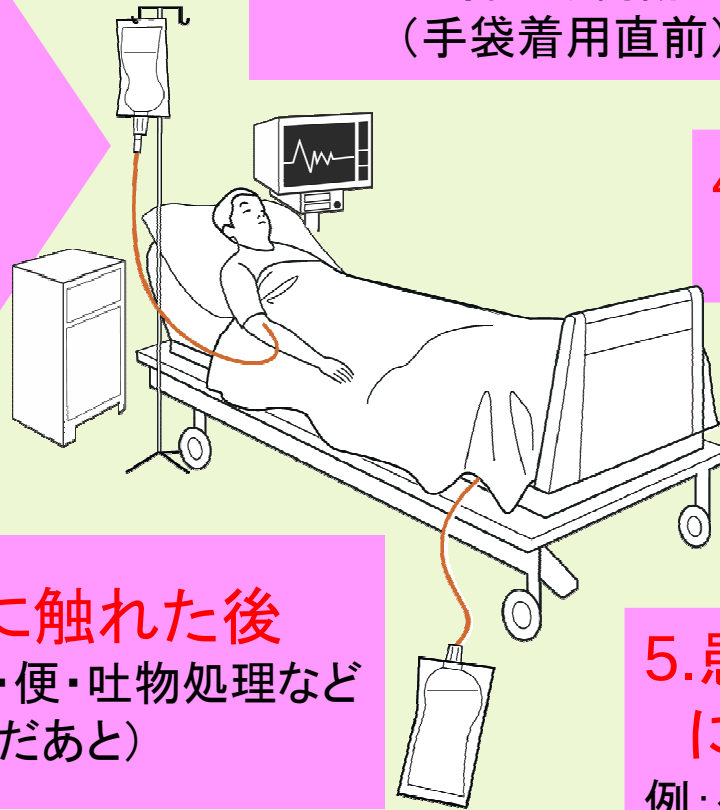
2.清潔/無菌操作の前  
例:ライン挿入、創傷処置など  
(手袋着用直前)

4.患者に触れた後  
(入室後・診察後)

3.血液/体液に触れた後  
例:検体採取、尿・便・吐物処理など  
(手袋を脱いだあと)

5.患者周辺の環境  
に触れた後  
例:ベッド柵、リネン、  
モニター類

医療領域



# 手指衛生の種類

## 石けんと流水による手洗い

- 目に見える汚れがあるときは、手洗いの手順に沿って石けんと流水を用いて丁寧に手を洗う
- 液体石けんを使う

※注ぎ足しはしない

## 擦式アルコール手指消毒薬による手指消毒

- 目に見える汚れがない(汚物や油、体液などで手が汚染されていない)ときに用いる
- 手洗いと同様の手技で十分に擦り込む

# 手洗いの手順



流水で洗淨する部分をぬらす。



薬用石けんまたは消毒薬などを手のひらにとる。手のひらを洗う。



手のひらで手の甲を包むように洗う。反対も同様に。



指の間もよく洗う。



指までよく洗う。



親指の周囲もよく洗う。指先、爪もよく洗う。



手首も洗う。



流水で洗い流す。



ペーパータオル等で拭く。

# 手指消毒の手順

1



消毒薬適量を手のひらに取り  
ます。

2



初めに両手の指先に消毒薬を  
すりこみます。

3



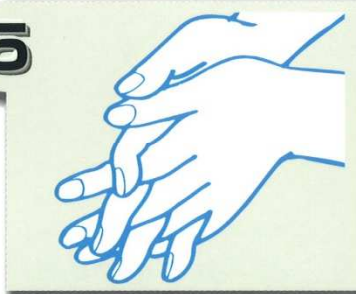
次に手のひらによくすりこみます。

4



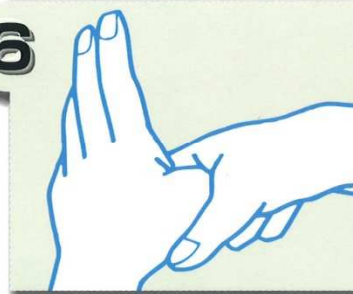
手の甲にもすりこんでください。

5



指の間にもすりこみます。

6



親指にもすりこみます。

7



手首も忘れずにすりこみます。  
乾燥するまでよくすりこんで  
ください。

# 手指消毒・手洗いの特徴を理解しましょう

## 擦式アルコール手指消毒薬による手指消毒が基本

- ほとんどの微生物数(ウイルスを含む)を除去できる
- 短時間(20～30秒)で効果を得ることができる
- 手荒れしにくい

## ただし、以下の場合には石けんと流水による手洗いが必要

- 手指に目に見える汚染がある場合
- 嘔吐・下痢のある患者に触れた/その病室から出た直後
- アルコール消毒薬に抵抗性がある微生物が想定される場合  
(ノロウイルス、ロタウイルス、セレウス菌、  
クロストリジウム・ディフィシル菌、など)

# Q & A (1)

手荒れを防ぐために、手洗い後にはペーパータオルで水分を軽く拭き取り、自然乾燥するよう指導しました。この指導は正しいですか？

YES

☒ NO

手荒れを防ぐためには、ペーパータオルで十分水分を拭き取り、完全に手指を乾燥させることが重要である

# Q & A (2)

MRSAが検出されていない患者さんの病室の  
ベッド周囲に触れた後でも手指消毒をする必  
要がある

☒ YES

☐ NO

患者さんの感染症の有無にかかわらず、全ての患者さん  
に対して手指衛生を含めた標準予防策を行う必要がある

# Q & A (3)

目に見える汚れが有る時は、石けんと流水で  
手洗いを行う

☒ YES

☐ NO

目に見える汚れがない時は擦式アルコール手指消毒薬  
を用います

# Q & A (4)

手袋の着用前だけでなくはずした後にも手指衛生は必要である

☒ YES

☐ NO

手袋は完全なものではなく、ピンホールがあくことがあるので、手袋装着前後の手指消毒が必要である

# Q & A (5)

擦式アルコール手指消毒薬はアルコールが多く含まれているため、石けんと流水で手洗いする場合と比較し手荒れが起きやすい

YES

☒ NO

擦式アルコール手指消毒薬には皮膚保護剤が含まれており、石けんと流水に比べて手荒れが起きにくい

# 参考文献

- WHO Guidelines on Hand Hygiene in Health Care: World Health Organization 2009

<http://www.who.int/gpsc/5may/background/5moments/en/>

- 大久保憲 訳. 小林寛伊 監訳. 医療現場における手指衛生のためのCDCガイドライン. メディカ出版, 2003
- 国公立大学附属病院感染対策協議会, 病院感染対策ガイドライン 改訂第2版. 株式会社じほう, 2015.
- 内田美保編著, 感染管理の実践. 医歯薬出版株式会社, 2012.