

施設でも家庭でも

感染防止に一番大切なことは ていねいな 手洗い 又は 手指消毒



●手洗い(目に見えて汚れている時や排泄ケア後は手洗いが必要)
…石鹸と流水で20秒以上こする



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。

引用：日本環境感染学会教育ツール手指衛生より抜粋一部改編

●アルコール手指消毒薬による消毒
(ほとんどの微生物を除去できる)
…乾くまで15秒以上かかる量を
乾くまで刷り込む



●手の甲



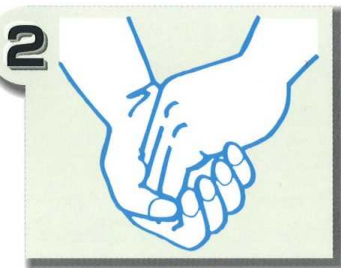
●手掌(手のひら)

注意！

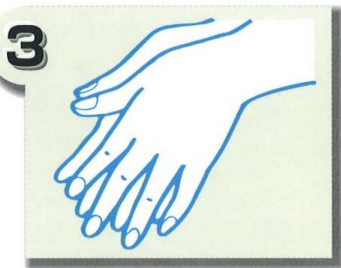
- 最も洗い残しが多い
- 洗い残しが多い



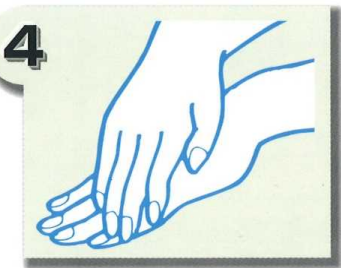
消毒薬適量を手のひらに取ります。



初めに両手の指先に消毒薬をすりこみます。



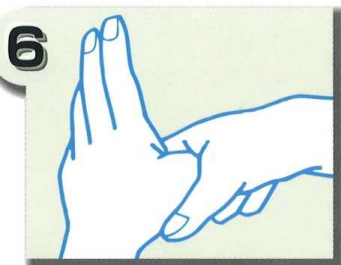
次に手のひらによくすりこみます。



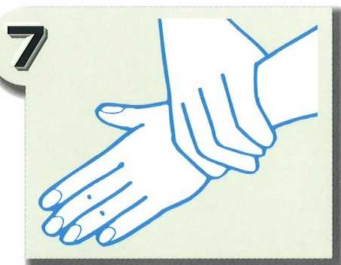
手の甲にもすりこんでください。



指の間にもすりこみます。



親指にもすりこみます。



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

引用：日本環境感染学会教育ツール手指衛生より抜粋一部改編

