

院内では



飛沫を浴びそうな時は  
ゴーグルやフェイス  
シールドで目を守る



手指衛生を  
徹底!!



マスク着用を  
全員に義務化  
(患者さん・ご家族にも)



会議、休憩、食事は  
十分な換気をし、  
距離を保って



大量のエアロゾルが  
生じる処置には  
N95も活用

院内感染を防ぐには  
日常生活でも自覚ある行動を

# MISSION Impossible

顔に触れる  
前には  
手洗いを



座る・並ぶ際は  
間隔をあけて



近距離で  
話す時も  
マスクを



こまめな  
換気を  
忘れずに



会食、飲み合う場所、  
大きな声を出す機会  
を避ける



日常生活では



## 院内感染は、防げます。

みんなの連携が  
院内感染ゼロへ  
導きます!

- ・出勤前に検温をし、風邪症状や何らかの不調がある場合は上長に報告  
▶上長は感染管理担当者と対応を検討
- ・新型コロナウイルス接触確認アプリ (COCOA) を活用
- ・入院患者から陽性者が出た場合の早期対応



公益社団法人 東京都医師会



国立研究開発法人  
国立国際医療研究センター  
National Center for Global Health and Medicine



# 院内感染を防ぐために 私たちにできること

## Point

### 1 手指衛生の遵守

感染対策は手洗いに始まり、手洗いに終わると言われるほど重要です。正しい方法で実施しましょう。

CDガイドラインでは、手指に目に見える汚れがある場合は「流水と石けんを用いた手洗い」を、目に見える汚れがない場合には「手指消毒剤」を用いるように示しています。

手袋は手指衛生の代わりにはなりません。同じ手袋を着けたままいろいろな箇所に触れると汚染が広がるので注意しましょう。

#### 正しい手洗いの仕方

- 流水で手を濡らし、石けんをよく泡立てる。
- 手のひら、手の甲、指の間を洗う。親指は握るように洗う。
- 指先は手のひらにすり付けるようにしっかり洗う。
- 手首まで洗ったら流水で石けんをよくすすぐ。
- ペーパータオルやハンカチでやさしく拭く。

**ポイント**  
爪は短く切り、時計は外しておきましょう。  
①～⑤を30秒以上かけて洗いましょう。

#### 正しい手指消毒の仕方

- 手指消毒剤を手のひらにとる。
- 最初に両手の指先に消毒剤をすり込む。
- 手のひら、手の甲、指の間にすり込む。
- 親指は握るようにすり込む。
- 手首まですり込み、乾燥するまで繰り返す。

**ポイント**  
①～⑤を15秒かけて行いましょう。

## Point

### 2 マスクを正しく着用

- ひだを伸ばして、針金を鼻の形に合わせる。
- 鼻と口を完全に覆う（あごの下まで）。
- あごマスクになっていたり、鼻が出ないように注意する。

## Point

### 3 職場でも重要な3密回避。 医療従事者同士の感染を防ぐ

会議など集合形式で実施する場合、会議時間や、座席配置、換気、マスク・手指衛生の徹底など、ルールを決めておきましょう。

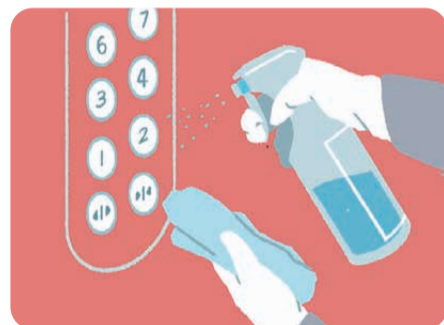
- 休憩室では以下の事項を守りましょう。
- ① ドアと窓を開け換気を良くする。
  - ② 対面飲食を避けるため向かい合っている着座を避け、一定の間隔を設ける。
  - ③ 食事は時間をずらすなど、少人数となるよう考慮する。
  - ④ 食事中の会話はなるべく控え、終了後は速やかにマスクを着用する。
  - ⑤ 環境整備をこまめに実施する。



## Point

### 4 環境対策(共有部分の消毒)を しっかり行う

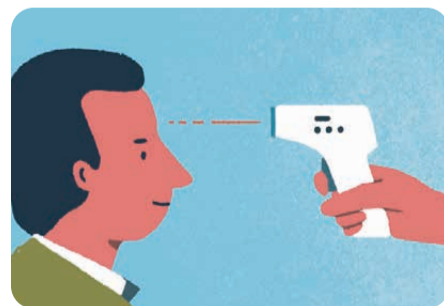
高頻度接触部位(ドアノブ、ベッド柵、患者が使用する器具など)や、スタッフが共用するパソコンやスマートデバイスなどは、定期的に拭き取り消毒する。



## Point

### 5 職場でも日常的な 健康状態の確認を

職員から感染者が出ると、施設内でのクラスター発生になる可能性があります。新型コロナウイルス感染の初期症状は、発熱、咳など普通の風邪と同様の症状がほとんどです。このため風邪症状がみられるときには、そのまま出勤せずに、必ず職場長に相談しましょう。早期対応が重要です。



## Point

### 6 新型コロナウイルス接触確認アプリ 「COCOA」の導入

アプリ導入により、早期発見・早期対応(受診等)につながります。症状がない場合も、万々に備えての自己隔離など、他者への感染を防ぐ行動を取りやすくなります。

