

## 1. 手指衛生

すべての医療行為の基本となり、感染防止に対して一番大きな役割を果たすのが手指衛生です。

「手指衛生は、感染対策上もっとも基本的で、重要な対策である」という基本を念頭に、更に具体的に、誰が、いつ、どういう方法で、何を使って、何のためにするのか十分理解する必要があります。

また、院内感染の伝播経路の中でリスクが高く、感染の原因となる可能性が最も高いものは医療従事者の手指であることを常に意識しておくことが重要です。

「医療現場における手指衛生のためのガイドライン」(CDC<sup>\*</sup>, 2002)では、従来の石けんと流水による手洗いを基本とする考え方に代わり、滅菌効果の高さとアクセスの利便性、手荒れ防止効果から擦式アルコール製剤を使用した手指消毒が第一選択とされています。

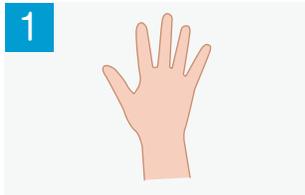
<sup>\*</sup>CDC : Centers for Disease Control and Prevention : 米国疾病予防管理センター

### 手指衛生の基本原則

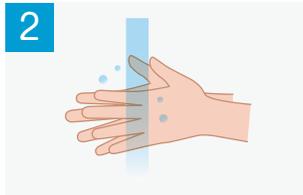
- ① 目に見える汚染がある場合は、  
すぐに流水と液体石けんで手指洗浄をします。
- ② 目に見える汚染がない場合は、  
基本的に擦式アルコール製剤の使用を第一選択として手指消毒をします。擦式アルコール製剤での消毒を5～6回繰り返すと手がべたつくため、途中で流水下における手洗いを入れてべたつきや汚れを落とす必要があります。
- ③ 手袋着用の有無にかかわらず、血液、体液、分泌物、排泄物、またはこれらに汚染された物に触れた際は、手指衛生を行います。
- ④ 患者と接触する前後には擦式アルコール製剤を使用します。  
また、同じ患者であっても処置やケアの間に擦式アルコール製剤を使用します（他の部位への交差感染防止のため）。

## 手指衛生の方法

### <流水と液体石けんを用いる方法>



時計や指輪をはずしたのを確認する



手を水でぬらす



手洗い石けんをつけて



よく泡立てる



手のひらと甲 (5回程度)



指の間、付け根 (5回程度)



親指洗い (5回程度)



指先と爪 (5回程度)



手首 (5回程度)  
腕・ひじまで洗う



水で十分にすすぎ

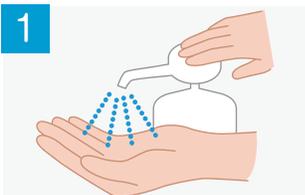


ペーパータオルでふく  
(手指乾燥機で乾燥する)



蛇口栓にペーパータオルをかぶせて栓を締める

### <擦式アルコール製剤を用いる方法>



消毒薬1プッシュを  
手にとる



初めに両手の指先に  
消毒薬をすりこむ



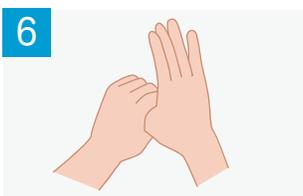
次に手のひらによく  
すりこむ



手の甲にもすりこむ



指の間にもすりこむ



親指にもすりこむ



手首も忘れずに乾燥  
するまでよくすりこむ