

手洗いは人類を救う！？

京都府保健環境研究所
京都府新型コロナウイルス感染症
施設内感染専門サポートチーム
藤田直久
n-fujita70@pref.Kyoto.lg.jp

Q 手洗いをするとで肺炎が減る？

YES ?

NO ?

対象および方法

Stephen P Luby, *et al* : Lancet, 366, 225-233,

- 対象**
- パキスタンのカラチ市周辺の多民族無断居住地域から選択した42区域
(これらの地域では石鹸で手を洗う習慣はない)
 - 15歳未満の子供が2人以上おり(うち1人は5歳未満)、試験期間中は住所を変更する予定のない 1,050家庭

調査方法

①手洗い(-)群

300

②石鹸手洗い(+) 普通石鹸

300

③手指消毒(+) トリクロカルバン1.2%含有

300

- 週に1回以上、手洗い促進地域と対照家庭を地域ごとに訪問
- 急性呼吸器感染症、下痢、膿痂疹の症状を記録
- 手洗い促進家庭には石鹸による手洗いの重要性や正しい手洗い方法について指導
- 手洗い促進地域では毎日石鹸を使って入浴するように推奨



期間

- 2002年4月15～2003年4月5日の1年間

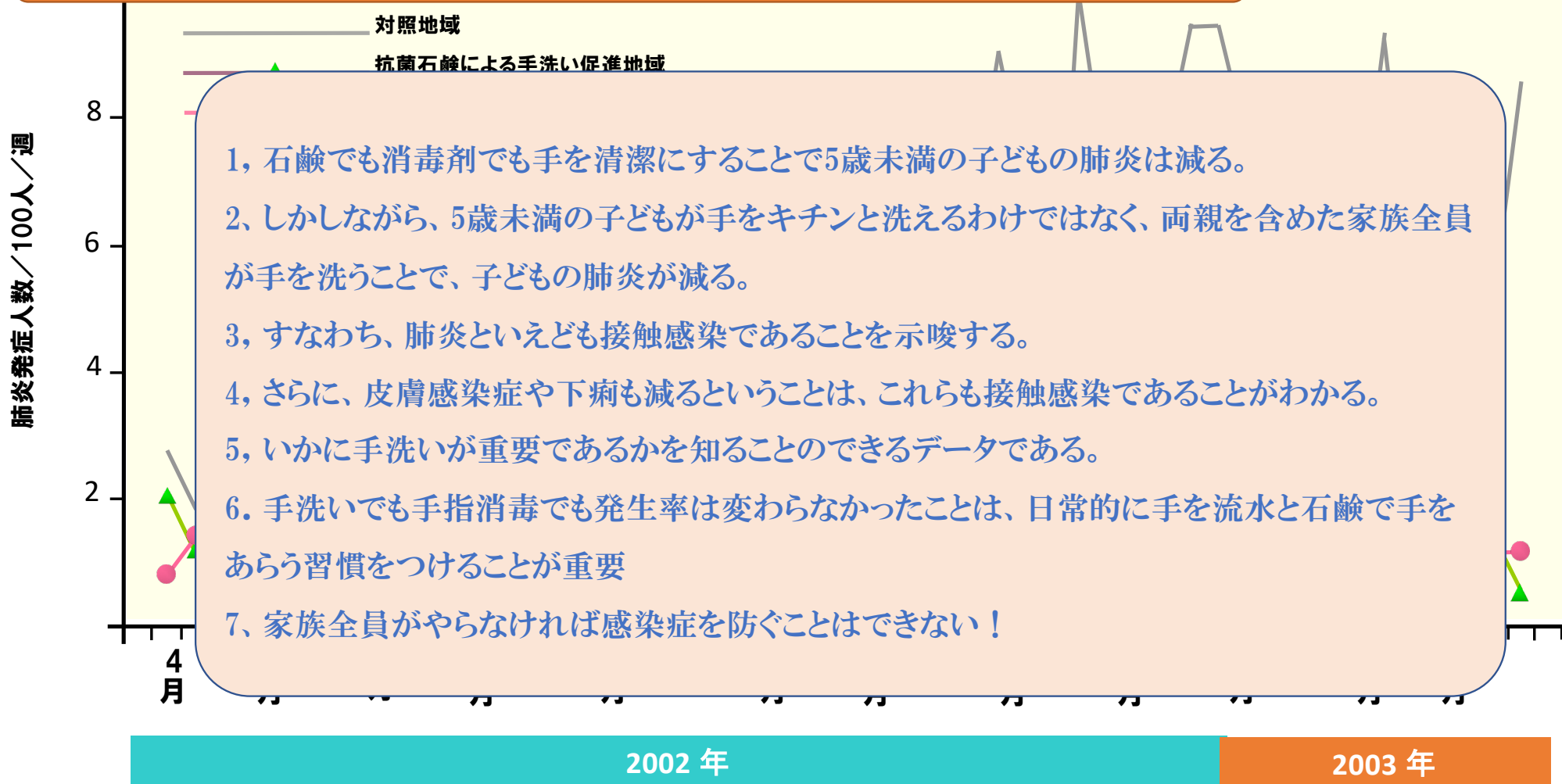
パキスタンのカラチで実施した臨床試験

一般家庭300世帯ずつを3群作り、手洗いをしない群(対照群)、手洗いをする群、手指消毒をする群の3群に分けて、1年間の肺炎の発生率を経時的に観察した。5歳未満の小児において対照群と比較し、肺炎の発症率が50%低かった(図)。

●5歳未満の小児における肺炎発症率



この研究から得られることはなんでしょう？



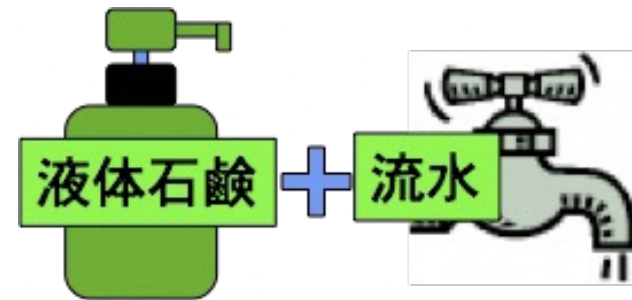
手指衛生基本知識テスト

	設 問
1	手指衛生とは、手洗いと手指消毒に加え、手荒れの防止を含める。
2	「手洗い」は、石鹼と流水による手洗いと手指の乾燥で完璧
3	アルコール性速乾性手指消毒剤は火気厳禁である！
4	下痢症状のある利用者のオムツ交換などの排泄介助をした場合には必ず介助後には「流水と石鹼による手洗い」をする。
5	手袋を外した直後には手指衛生をする。
6	手指に目に見える汚れがあるときは、手指消毒ではなく手洗いを優先する。
7	業務中は、指の爪は短くし、つけ爪をしてはいけない。
8	手洗いを日常的にすると肺炎や下痢が減る！

手洗い・手指消毒は2種類

・石けんと流水（日常手洗い）

- 外から帰ったとき
- 仕事の前後
- トイレの後
- アルコール抵抗性病原体
- 目に見える汚れがあるとき
- 排便の処理をしたとき（オムツ交換含む）



汚れも一緒に落ちる！

・アルコール性速乾性手指消毒剤

- 周りに手洗いシンクがないとき
- 肉眼的に汚れがないとき



汚れは落ちない！

手洗いの種類と効果

手洗い方法	日常手洗い	衛生的手洗い	
方法	流水と石鹼	速乾性擦式消毒法	洗浄消毒法
成分	界面活性剤	アルコール+消毒薬 (皮膚保護材含有)	界面活性剤 +消毒剤
除菌または 殺菌機序	物理的に洗浄	消毒剤の殺菌効果 <i>(残存効果あり)</i>	物理的洗浄と消毒剤 の殺菌効果 <i>(残存効果あり)</i>
汚れ・有機物の除去	可能	不可能 <i>(洗浄効果なし)</i>	可能
通過菌	物理的除去	殺菌作用	物理的除去と殺菌作用 の両者
通過菌の手指から の除去・殺菌効果	15秒 1/10 30秒 1/100 60秒 1/1000	1/10,000 ~ 1/100,000	1/1,000 - 1/10,000
常在菌	除去されない	一部殺菌される	一部殺菌される

One Minute

Kleenex[®] HAND TOWELS

手指乾燥はペーパータオル



1 Wet Hands & Forearms



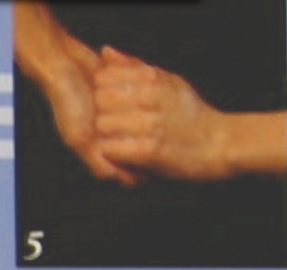
2 Soap Up Rubbing Palm To Palm



3 Rub With Fingers Interlaced



4 Massage Between Fingers

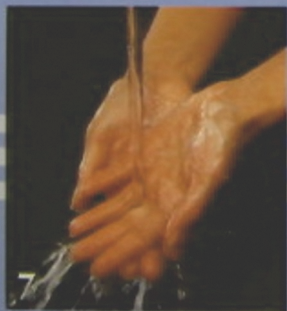


5 Scrub With Fingers Locked

手掌と手背、指の間も、爪先の部分も



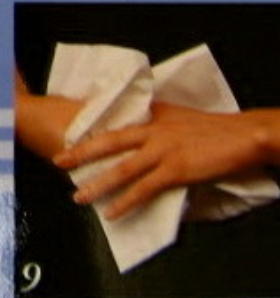
6 Rub With Thumbs Locked



7 Rinse & Dry Thoroughly



8 Dry Palms & Backs Of Hands



9 Work Towel Between Fingers



10 Dry Around & Under Nails

Sponsored by  Kimberly-Clark

Wash & Dry

This is based on the procedure described in the 'Journal of Clinical Pathology: 1978. G.A.J. AyriWu et al. 31.332' Registered Trade Mark Kimberly-Clark Corporation. © Copyright 1984 Kimberly-Clark Ltd.

手洗い後は必ず手を乾燥



手指の乾燥

ペーパータオル

濡れた手は、乾いた手の
100～1000倍の菌を運ぶ

Residual moisture determines the level of touch-contact-associated bacterial transfer following hand washing.

Epidemiol Infect 1997;119:319-25

手指消毒剤は必須！

常に手指消毒ができるようにするなら
(消毒剤の常時設置が難しい場合も)

ミニ吊り下げ型



ポシェットタイプ



液体タイプ以外にも



泡タイプ



ジェルタイプ

最後に手指衛生(感染予防策の要) 「手洗い」と「手指消毒」の手順を

手洗いの手順も手指消毒の手順も全く同じです。

	手洗い（流水と石けん）	手指消毒（アルコール性速乾性手指消毒剤）
場所	手洗い場（水道）	どこでも可能
時間（洗う・消毒）	20～30秒	15～20秒程度
手順	6つの手順（指先・手掌・手の甲・指の間・親指周り・手首）は共通	
重要なポイント	<ul style="list-style-type: none">ペーパータオルまたは清潔なタオルで手を完全に乾かす（濡れた手は乾いた手の1000倍バイ菌を手が付着けしやすい）汚れを落とすことができる（石鹸の界面活性作用と擦ることで物理的に汚れを浮かし取る）	<ul style="list-style-type: none">乾くまで擦る汚れは落ちない頻回の使用でベタベタしてくるので、その時は手洗いをする

手指衛生（手洗いと手指消毒）はすべての感染症から人類を救う！

手荒れは、病原体の温床になり、供給源となる。
手荒れがあると消毒しても手洗いしても病原体が減らない！

スキンケアの重要性

- A. ハンドケアに関する情報の提供と教育プログラムの実施（I B）
- B. 施設内で通常使用する製剤にアレルギーまたは副作用がある場合は他の製剤を提供(II)
- C. 必要ならばハンドローションまたはクリームを提供（I A）

(WHO手指衛生ガイドラインから)

学校ではいつ手を洗う？ 施設ではいつ手を洗う？

- 咳やくしゃみをした後
- 鼻をかんだ後
- 見た目に手が汚れている時
- トイレの後
- 外から帰った時
- 食事前
- 動物やペットに触れた後
- ペットの籠や檻に触れた後

