

ICT 通信

<1月号>

1月になり寒さも本格的になってきました。今年は私の周りでも咳込んでいるスタッフが多いような…そんな気がしています。

皆さんの体調はいかがでしょう？

今回はノロウイルスやインフルエンザなど人とモノ・人と人が接触することで感染が拡大していく接触感染予防について注意してもらいたいことを挙げていきます。

1. 手指衛生の実施

接触による拡大を予防していくためにはやはり手指衛生を行うことが大事です、作業の前後・帰宅後・食事の前などに行うことが重要です。医療者であれば処置の前後に行うことが効果的です。

手指衛生には、流水による手洗いと、アルコール消毒剤によるものがあります。最近は様々な所でアルコール消毒剤を見かけるようになりました。出先で見かけたときには使うようにしてください。しかし手軽にできるアルコール消毒ですが、ノロウイルスなどの一部のものには効果がないことがあります。トイレの後や、手に汚れが付着しているときは流水による手洗いをお勧めします。



2. 環境の整備

生活の中でよく触れるところはどこでしょうか？よく触れる場所、そこは菌が付着しやすい場所になります。ドアノブ・パソコン・携帯・スマホ・テーブルなどよく触れる場所に重点的な清掃をすることが大切です。

ノロウイルスには次亜塩素酸（ハイター）による消毒が有効です。下痢や嘔吐をしている時は効果的なものとなります。原液 1cc：水約 300cc 程度に薄めて使用するのが目安です。



一人一人の意識が向上していくことで感染の拡大を予防することができます、自己の体調管理と合わせて注意して下さい。