

感染を予防するためには

●手洗い

ノロウイルスによる感染症は、多くの場合、ウイルスに触れた人の手を介して感染が拡大します。利用者・職員ともに手洗いを習慣づけることが、感染予防の基本です。用便後、排泄物の処理のあと、調理や食事の前には必ず手を洗ってください。

●手洗いの基本

- ① 石けんを使い十分にこすり洗いをし、水で洗い流すことにより、ウイルスは大幅に減少します。
 - ② 手洗い後の手拭用タオルは共用せず、ペーパータオル等を使い毎回タオルを交換するか、個人用タオルを利用してください。
- ★ 水道の蛇口は洗う前の手で触れているので、手と一緒に洗うかペーパータオルを利用して蛇口を締めると、手の再汚染を防ぐことができます。自動水栓、足踏み式水栓、レバー式水栓などが効果的です。

【手洗いの手順】

手洗い前のチェックポイント

- ◎爪は短く切っていますか？
- ◎時計や指輪をはずしていますか？

汚れが残りやすいところ

- ◎ 指先や爪の間
- ◎ 指の間
- ◎ 親指の周り
- ◎ 手首
- ◎ 手のしわ



- ① 石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



- ② 手の甲をのぼすようにこすります。



- ③ 指先・爪の間を念入りにこすります。



- ④ 指の間を洗います。



- ⑤ 親指と手のひらをねじり洗いします。



- ⑥ 手首も忘れずに洗います。



* ①～⑥で30秒が目安です。

- ⑦ その後、十分に水で流しペーパータオルや清潔なタオルでよく拭き取って乾かします。

●排泄物・おう吐物の処理

ふん便やおう吐物の処理は、処理をする人自身への感染と、施設内への汚染拡大を防ぐため、適切な方法で、迅速、確実に行うことが必要です。

あらかじめ準備しておく物品

使い捨て手袋、マスク、ガウンやエプロン、拭き取るための布やペーパータオル、ビニール袋、次亜塩素酸ナトリウム、専用バケツ、その他必要な物品

① 汚染場所に関係者以外の人近づかないようにします。

② 処理をする人は使い捨て手袋とマスク、エプロンを着用します。



カーペット等は色に変色する場合があります。

⑤ おう吐物が付着していた床とその周囲を、0.1%次亜塩素酸ナトリウムを染み込ませた布やペーパータオル等で覆うか、浸すように拭きます。



次亜塩素酸ナトリウムは鉄などの金属を腐食するので、拭き取って10分程度たったら水拭きします。

③ おう吐物は使い捨ての布やペーパータオル等で外側から内側に向けて、拭き取り面を折り込みながら静かに拭き取ります。



同一面でごすると汚染を拡げるので注意してください。

⑥ 使用した着衣は廃棄が望ましいですが、消毒する場合は下記の手順で行います。

- ① 付着したおう吐物を取り除く（手袋着用）。
- ② 熱湯につけるか、0.02%の次亜塩素酸ナトリウムに30～60分つける（P.4を参照）。
- ③ 他のものと別に洗濯機等で洗濯する。

④ 使用した使い捨ての布やペーパータオル等はすぐにビニール袋に入れ処分します。



ビニール袋に0.1%次亜塩素酸ナトリウムを染み込む程度に入れ消毒しましょう。



⑦ 手袋は、付着したおう吐物が飛び散らないよう、表面を包み込むように裏返してはずします。手袋は、使った布やペーパータオル等と同じように処分します。



処理後は手袋をはずして手洗いをします。

※その他の留意点

- 吐物処理後は、調理や配膳などに従事しない。
- 可能ならば、吐物処理後にシャワーを浴びるのが望ましい。

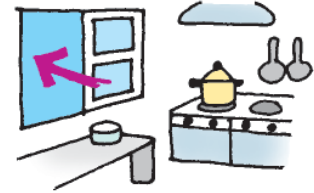
【ポイント】

- おう吐物を処理した後48時間は感染の有無に注意してください。
- おう吐物の処理時とその後は、大きく窓を開けるなどして換気し、換気設備がある場合には必ず運転してください。

●おう吐物等の処理時の換気

おう吐物等の拭き取りと消毒が徹底されていない場合は、乾燥した後にウイルスが室内に拡散し、感染が拡大するおそれがあります。そこで、おう吐物等を適切に処理し、さらに室内の適正な換気を行うことが大切です。

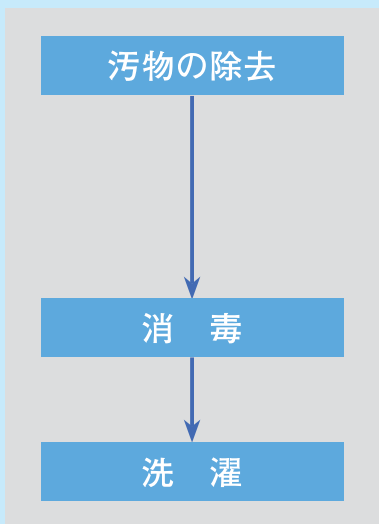
- ① おう吐物等の処理時とその後は、大きく窓を開けるなどして室内に新鮮な空気を入れ換気を行います（室内にウイルスを滞留させることのないようにしてください）。
- ② 換気設備（換気扇等）がある場合には運転してください。



●リネン類の消毒

汚物がついたおむつやシーツ等のリネン類を取り扱うときは、取り扱った人の手にウイルスが付着し感染を拡大させてしまう可能性があり、二次感染を防ぐための適切な処理が必要です。

【汚物がついたリネン類の洗濯、消毒】

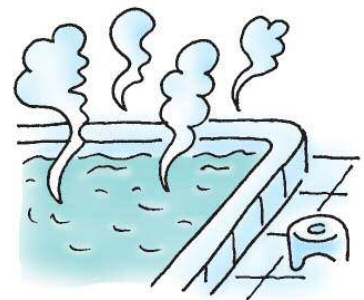


- ① 汚物がついたリネン類を取り扱うときは、必ず、使い捨てのビニール手袋とマスク、エプロンを着用し、汚物が直接皮膚に触れたり、飛沫を吸い込んだりすることのないよう防護してください。
- ② 汚物がついたリネン類は専用のビニール袋等に入れ、周囲を汚染しないよう十分注意してください。
- ③ 汚物を十分に落とした後、塩素系消毒液（0.02%次亜塩素酸ナトリウム）に30～60分間浸すか、85℃で1分以上になるように熱湯消毒してください。
※汚物が落ちにくい場合は、熱湯消毒するか高濃度の塩素系消毒液（0.1%次亜塩素酸ナトリウム）を使用してください。
※塩素系消毒液を用いた消毒は、色落ちしたり布が傷むことがあるので、注意してください。

- ④ 消毒後、他のものと分けて最後に洗濯してください。
※リネン類の運搬や保管に使用する容器等は洗浄及び消毒を行い、常に衛生的に管理してください。

●入浴

施設内で下痢やおう吐をした利用者がある場合には、ノロウイルスを含めた感染性胃腸炎が疑われます。症状がある人は最後に浴槽に入るかシャワーのみにするようにしましょう。



●手を触れる場所や身のまわりの物の清潔・消毒

施設内で人が直接手を触れる場所は、ノロウイルスに汚染されている可能性があります。

また、子どもは身のまわりの物を直接口にしてしまうことが多く、汚染されていると二次感染の原因ともなります。

（例）手すり、ドアノブ、水道の蛇口、机、イス、引き出しの取っ手、車椅子の押し手、ベッド回り、三輪車、幼児お散歩用のキャリー、おもちゃ等

【清潔の保持・消毒】

- ① 手を触れる場所や身のまわりの物はきれいな布で水拭きするなど、常に清潔を保つようにします。
- ② 感染予防のため、多数の人が手を触れる場所や身のまわりの物は定期的に消毒してください（手すり、ドアノブ、水道の蛇口などを、0.02%次亜塩素酸ナトリウムに浸した布などで拭く等。）。
- ③ 施設内で下痢やおう吐をした利用者があり、ノロウイルスを含めた感染性胃腸炎が疑われる場合は、特に汚染されやすいトイレやその周辺などを中心に消毒の頻度を増やす必要があります。

※次亜塩素酸ナトリウムは金属を腐食させるため、金属部分に使用した場合は10分程度たったら水拭きしてください。また、塩素ガスが発生することがあるので、使用時は十分に換気してください。

●消毒液（次亜塩素酸ナトリウム希釈液）の作り方

【0.02%次亜塩素酸ナトリウムの作り方】

原液の濃度が6%の場合
300倍にする

原液10ml

水3ℓに入れる

【0.1%次亜塩素酸ナトリウムの作り方】

原液の濃度が6%の場合
60倍にする

原液50ml

水3ℓに入れる

●日ごろからの健康管理

ノロウイルスによる感染を予防するための具体的な方法を示しましたが、感染や感染拡大を防ぐためには、まず早い段階でノロウイルスの感染が疑われる利用者・職員を把握すること、また入所施設では施設外からノロウイルスを持ち込まないようにすることが重要です。

- ① 日ごろから利用者の健康観察を行ってください。
- ② 施設管理者は職員の健康診断の結果や健康状態の確認をしてください。
- ③ 入所施設では、面会者に対して手洗いの徹底や、下痢・おう吐などの症状がある場合には面会を控えてもらうことも必要です。

