

# 薬だつ知識

世界中に拡大した新型コロナウイルス感染症の影響により、外出や大人数での会食の自粛が要請され、常にマスクをつけ、消毒薬を常備するようになるなど、私たちの生活は大きく変化しました。以前と比べて公衆衛生に対する関心が高くなり、一人一人が感染拡大防止のために何ができるのか考える機会が増えたと思います。

感染は病原体（感染源）、感染経路、宿主（ヒト）の三つの要因がそろって成立します。感染対策は、これらの要因を一つでも取り除くことが重要です。特に感染経路の遮断は感染拡大防止のために重要な対策です。病原体は体の目、口、鼻の粘膜から、体内へ侵入します。病原体がついた手で食事をしたり粘膜を触ったりするとそこから感染が生じるため、手を清潔に保つことで病原体の

## 手荒れケアも念入りに

### 44. 感染予防と手洗い

体内への侵入を防ぐことができよう。手洗いや消毒の回数が増える

手を清潔に保つには、正しい手洗いが有効です。手や指についているウイルスの数は流水による15秒の手洗いだけで100分の1に、石けんやハンドソープで10秒もみ洗いし、流水で15秒すすぐと1万分の1に減らせます。さらに2回手洗いを行うとウイルスの除去効果は上がり、拭き取った後にハンドケア剤を塗るようになります。ハンドケア剤は肌を保護し、乾燥を防ぎ、手荒れを予防します。また、消毒薬は手荒れの原因となるため、手洗いの後は保湿剤を塗ることで手荒れを予防します。



洗い残しの多い部分のイメージ図。特に利き手は洗い残しが多いという

「令和3年6月8日（火）掲載（44. 感染予防と手洗い）」