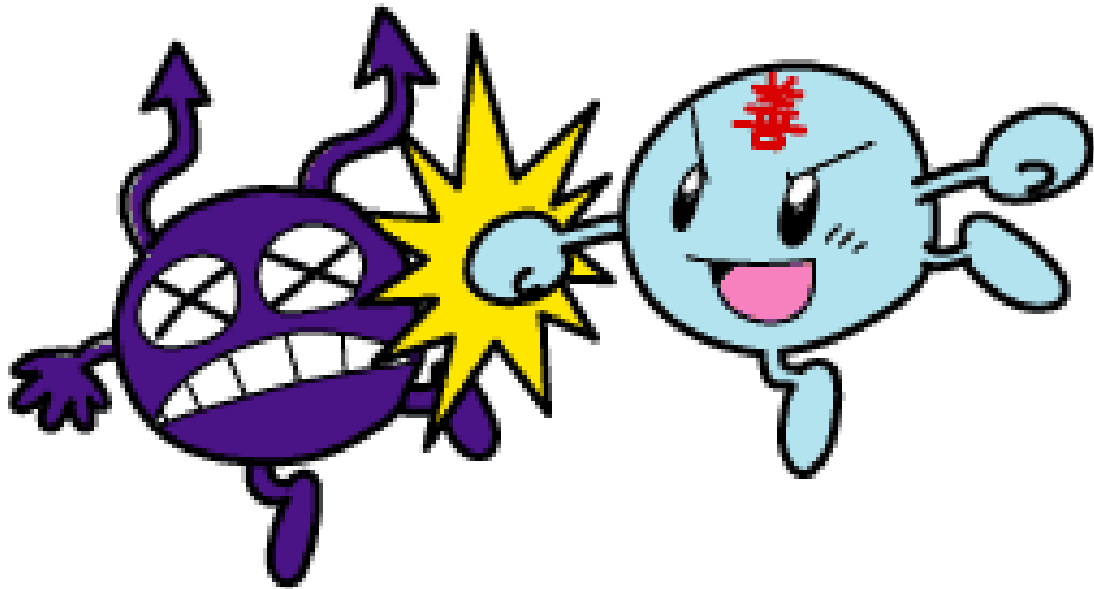
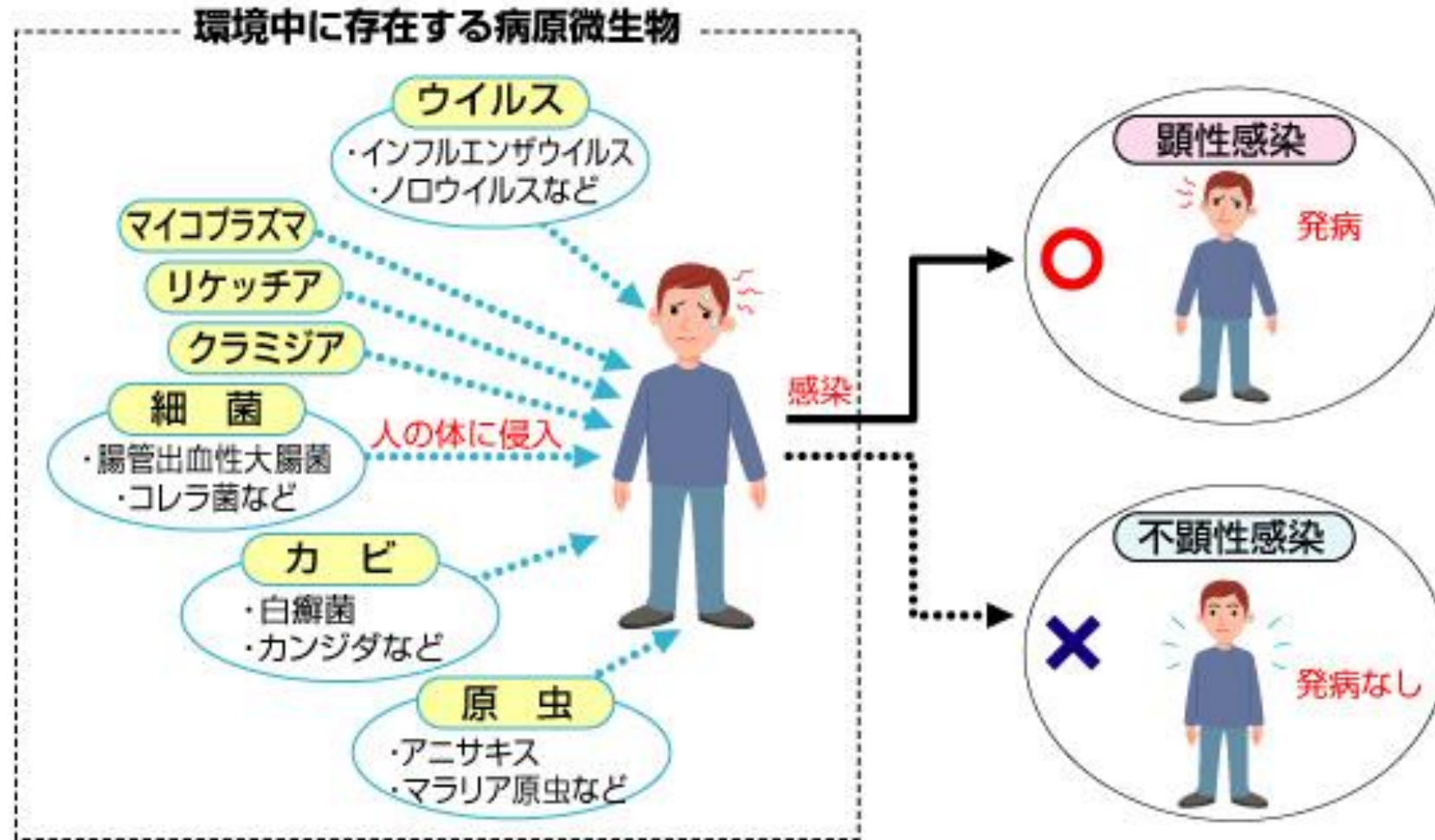


感染症・蔓延予防

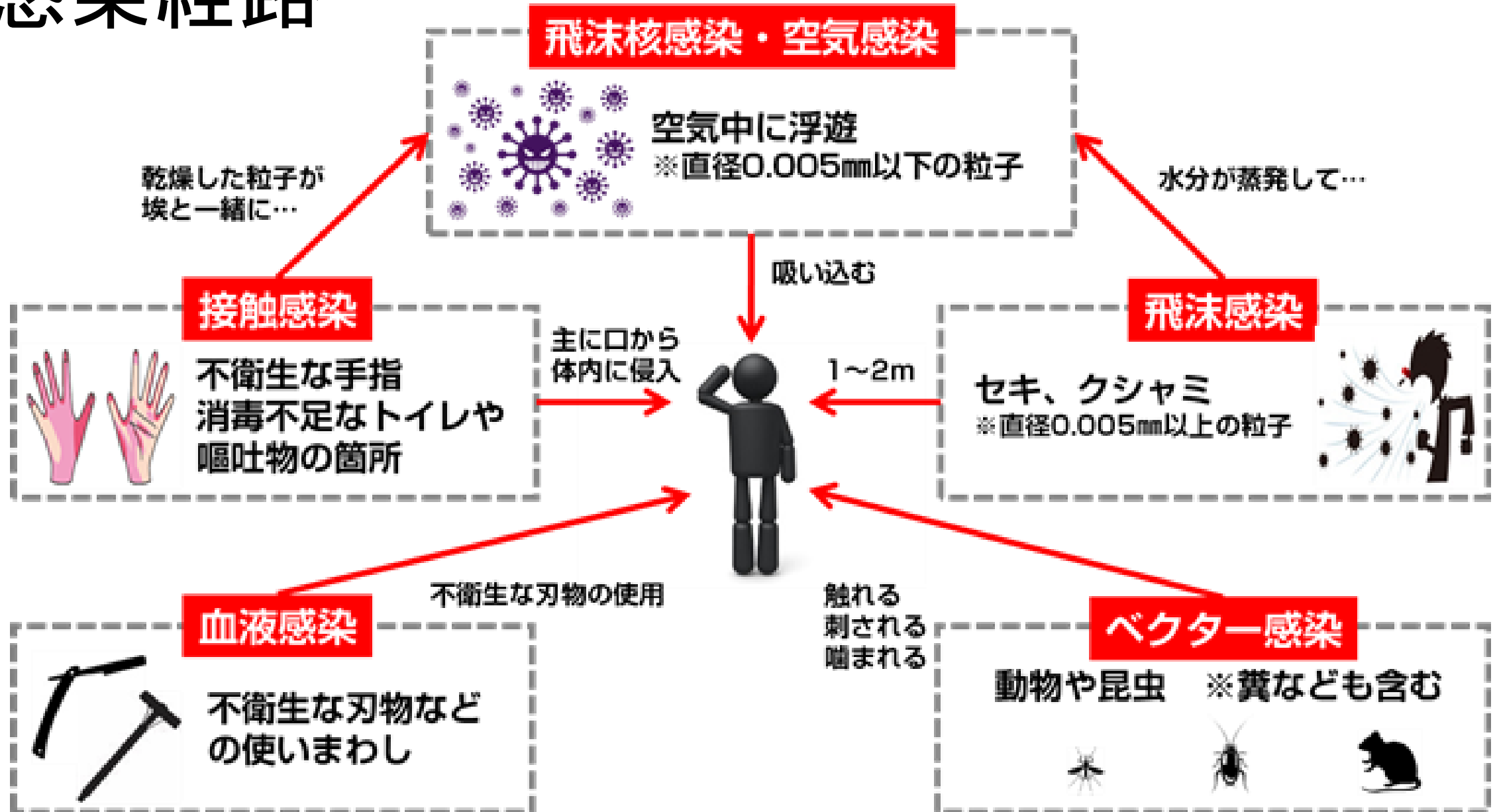


市民調剤薬局 亀田向陽店
小泉 慶明

感染症とは



感染経路



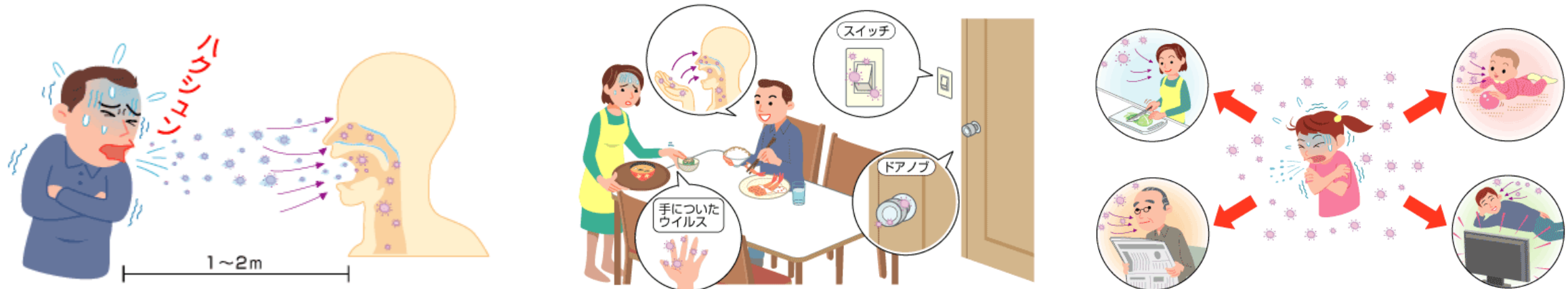
インフルエンザ

- インフルエンザウイルスによる感染症。
- 普通の風邪よりも急激に発症し、症状が重いのが特徴。
- 合併症を引き起こすこともある。
小児ではインフルエンザ脳症、高齢者では肺炎
- 11月～4月に流行する。





インフルエンザ 感染経路

- 感染者が咳やくしゃみで排泄するウイルスを含む飛沫を健康者の鼻やのどの粘膜に接触することで感染する。(飛沫感染)
- 皮膚や粘膜、創の直接的な接触、中間物を介する間接的な接触により感染する。(接触感染)
- 飛沫が乾燥しウイルスが空気中を漂うことにより離れたところの人がそれを吸うことにより感染する。(空気感染)



かぜとインフルエンザは、ココが違う！

	かぜ(普通感冒)	インフルエンザ
		
発症時期	1年を通じ散発的	冬季に流行
主な症状	上気道症状	全身症状
症状の進行	緩和	急激
発熱	通常は微熱(37~38℃)	高熱(38℃以上)
主症状(発熱以外)	<ul style="list-style-type: none">● くしゃみ● 喉の痛み● 鼻水、鼻づまり など	<ul style="list-style-type: none">● 咳 ● 喉の痛み ● 鼻水● 全身倦怠感、食欲不振● 関節痛、筋肉痛、頭痛 など
原因ウイルス	ライノウイルス、コロナウイルス、アデノウイルス など	インフルエンザウイルス

インフルエンザ 予防

- インフルエンザワクチン

毎年流行する型を予測して製造している。
合併症、重症化を予防するもの。

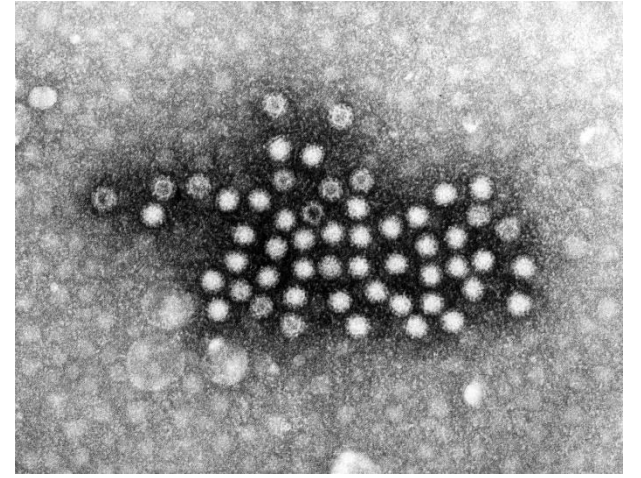
- 手洗い・うがい・マスク

手洗い・うがいは手指や口腔内についたウイルスを物理的に除去するために有効な手段である。

高齢者や慢性疾患を抱えている人、疲れている人など免疫が低下している人は人ごみへの外出は避けた方が良い。出かける場合はマスクをする。

ノロウイルス

- 急性胃腸炎を引き起こすウイルス性の感染症。
- 冬期に多いが年間を通して発症する。
- ノロウイルスの増殖は人間の腸管のみだが、熱や乾燥にも強いいため自然環境下でも長期生存できる。
- 感染力が強く少量のウイルス(10~100個程度)でも発症する。
- アルコール消毒に耐性がある。



ノロウイルス 感染経路

- ノロウイルスに汚染された二枚貝（主に牡蠣）を摂取することで感染。
- 感染者の吐物や排泄物を処理した手指で取扱う食品で二次感染。



ノロウイルス 症状

- 潜伏期間は12～48時間。
- 突発性の嘔吐、吐き気、腹痛から水溶性の下痢症状。
- 37℃～38℃の発熱を伴うこともある。
- 後遺症が残ることは少なく、通常2～3日で回復する。



ノロウイルス 予防

- 加熱処理

二枚貝の場合は中心部が85°C～90°C 90秒以上の加熱が必要。

- 手洗いの励行

せっけんにはウイルスを失活させる効果はないがウイルスを手指からはがしやすくする効果がある。

- 汚染されたものの適切な処理

ノロウイルスが乾燥すると空気中を漂ってしまうためすばやく処理する必要がある。

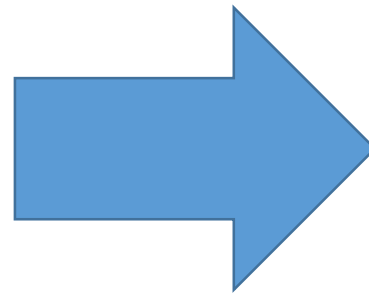
ノロウイルス 排泄物処理について

- 排泄物処理の三原則

すぐに拭き取る

乾燥させない

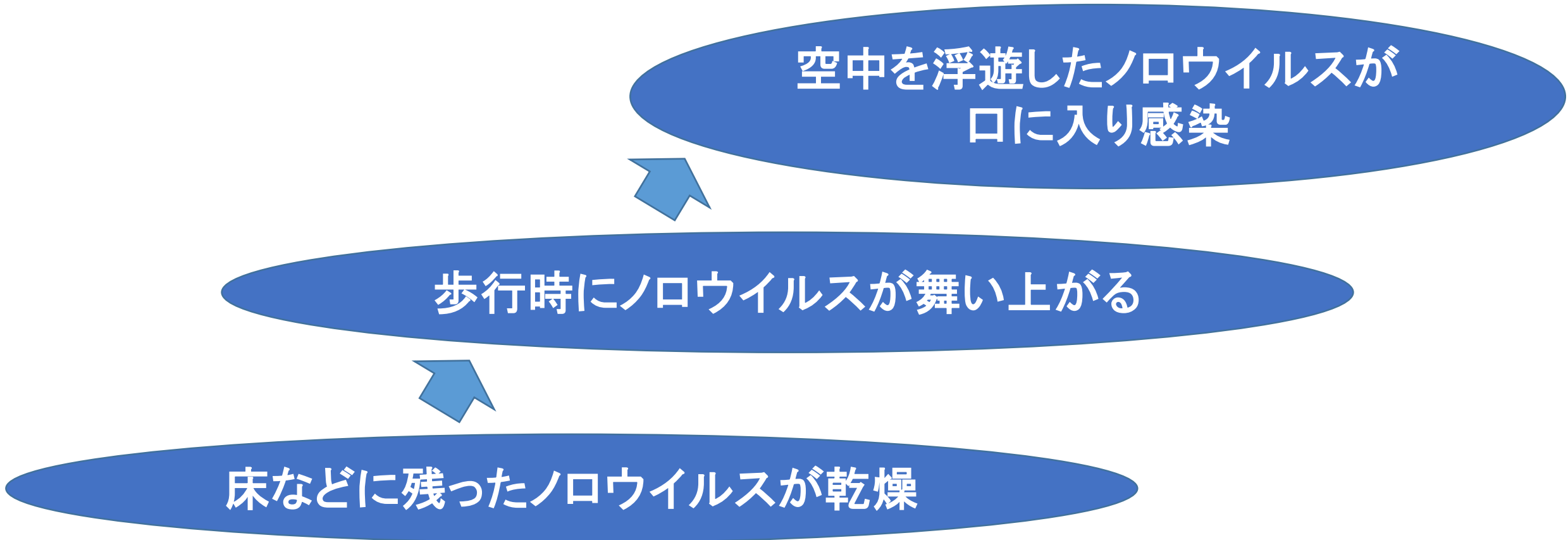
消毒する



速やかに
正しく処理

排泄物の乾燥から感染

ノロウイルスは乾燥すると4°Cで60日間、20度で2～3週間生存

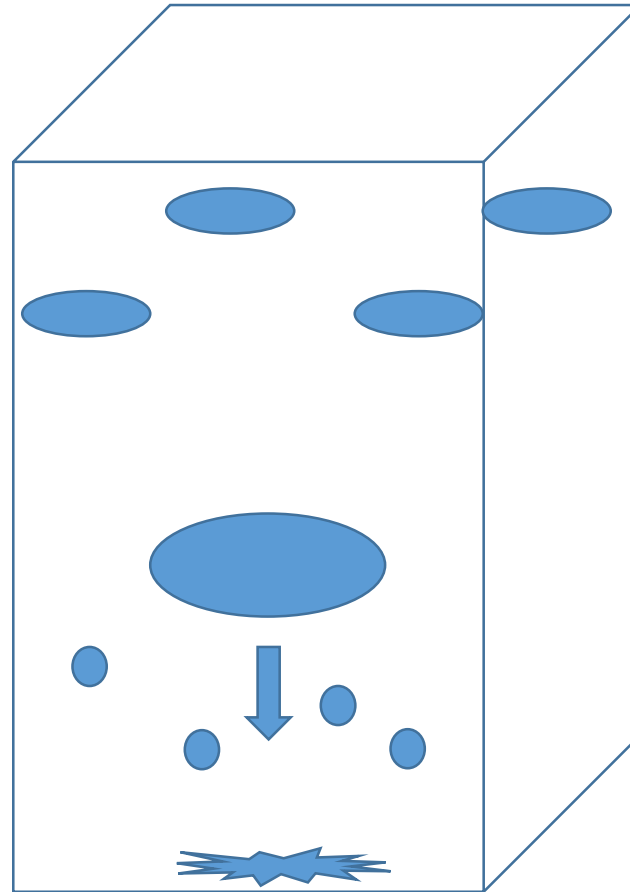


〈参考〉飛沫はどのくらい高く飛散するか

実験：模擬嘔吐物を85cmの高さから落下させ飛散する高さを測定

高さ160cmまで飛散

顔や机に付着の可能性あり
鼻や口から吸いこむ可能性あり



高さ160cm(成人)

高さ85cmから落下

換気

1時間空気中に滞留

排泄物処理セット①



使い捨て
マスク



使い捨て
シューズカバー



使い捨て
手袋 2組



使い捨て
ガウン

排泄物処理セット②



専用バケツ



ペーパー
タオル



消毒薬
ペットボトル



ゴミ袋
2枚

嘔吐物の処理方法

嘔吐物、排泄物の消毒

汚物の量と同量の次亜塩素酸ナトリウム液（1000ppm以上）を汚物が飛び散らないように静かに注ぐ。

※汚物が広がらないように吸水性のあるペーパーでおおうと効果的。



※嘔吐物凝固剤がある場合はふりかけて凝固させる。

嘔吐物、排泄物の回収

汚物中のウイルスが飛び散らないように、汚物を使い捨てのペーパータオルなどで外側から内側に向けて静かに拭きとる。

※同一面でこすると、汚染が拡がるので注意する。



床の清掃と消毒

ペーパータオルなどを次亜塩素酸ナトリウム液（1000ppm以上）に浸してから、汚物を取り除いた床にかぶせ、10分程度浸すようにして拭きとる。その後、水拭きをする。



※カーペットなどは脱色されるおそれがあるので注意する

※次亜塩素酸ナトリウムは金属腐食性があるので拭き取りを十分に行う。

嘔吐物の処理方法

1. 子供や高齢者は退避

嘔吐物に近づくだけで浮遊するウイルスを吸い込み感染する可能性があります。処理はある程度抵抗力のある大人が行いましょう。

2. ウイルスの拡散を防ぐ

ペーパータオルなどを嘔吐物にかぶせてウイルスの拡散を防ぎます。



嘔吐物の処理方法

3. マスク、手袋、エプロン

嘔吐物が衣服につくとそこから感染する可能性があります。処理する人はマスク、手袋、エプロンを必ずつけましょう。

4. 消毒剤を作る



消毒液の作り方

キッチンハイター: 次亜塩素酸ナトリウム有効濃度5%の場合

床用 (約0.02%次亜塩素酸Na)

ハイター 2ml
ペットボトルキャップ
半分弱

水 500ml

ハイターをペットボトルの
キャップに半分弱入れる
↓
水をボトルいっぱい入れる



汚物用 (約0.1%次亜塩素酸Na)

ハイター 10ml
ペットボトルキャップ
2杯分

水 500ml

× 2

ハイターをペットボトルの
キャップ2杯分入れる
↓
水をボトルいっぱい入れる



嘔吐物の処理方法

5.素早く静かに拭き取る

ペーパータオルで外側から内側へ拭き取る。

同じ面で何度も拭くと汚染の拡散になるので注意が必要です。

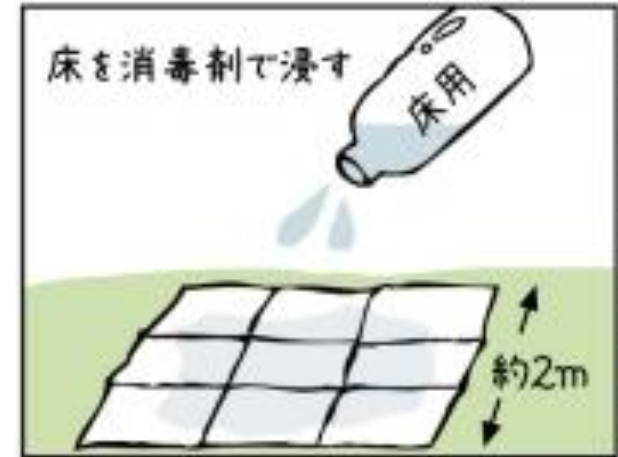
処理に時間がかかると嘔吐物が乾燥して飛散するので素早く処理しなければなりません。



嘔吐物の処理方法

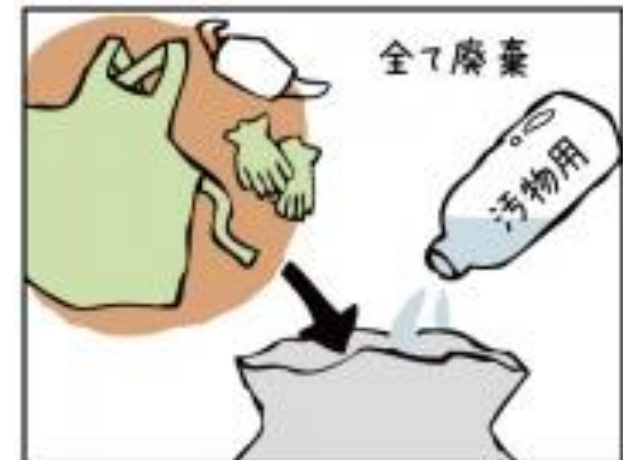
6.床を消毒する

嘔吐物が付着していた部分とその周囲にペーパータオルなどをおおい、0.02%の次亜塩素酸Na液をしみこませ、10分放置したあと床を水拭きする。



7.使ったものを破棄する

使用したもの(エプロン、マスク、手袋など)はすべて破棄します。ビニール袋に入れて0.1%の次亜塩素酸Na液を浸る程度入れます。袋は2重にして口を縛ります。



嘔吐物の処理方法

8. 手洗い

石鹼自体にはウイルスを失活させる効果はないですが、皮脂などの汚れを落とすことによりウイルスを手指からはがれやすくする効果があります。



感染対策の基本 「手指衛生」

手は代表的な
微生物感染経路だ...



石けんと流水による手洗いやアルコール手指
消毒剤による手指衛生を徹底することが大切！



1 時計や指輪をはずし



2 水でぬらします



3 手洗い石けんをつけて



4 泡立てる



5 手と甲(5回ずつ)



6 指の間(5回ずつ)



7 親指洗い(5回ずつ)



8 指先(5回ずつ)



9 手首(5回ずつ)



10 つめブラシ(5回ずつ)



11 水で十分にすすぎ



3 ~ 10
を2度



12 ペーパータオルでふく



13 蛇口栓にペーパータオルをかぶせて栓を締める



14 アルコールを噴霧して手指にすり込む

手に水分や汚れが残っていると、
アルコールの消毒効果が
低くなります。



感染予防対策

- 手洗い
- うがい
- 咳エチケット
- 適切な温度と湿度
夏: 25~28°C、55~65%
- バランスの良い食事
- 休養
- 口腔ケア

冬: 18~22°C、45~60%



うがいについて

• 次の3つの内、風邪の予防効果が高いものはどれでしょうか？

1.ポビドンヨード含有うがい薬（イソジンなど）でうがいしています。

2.水でうがいしています。

3.うがいしていません。



手洗いについて

• せっけんの効果について正しいものはどれでしょうか？

1. 菌やウイルスを死滅させる効果がある。

2. 汚れをおとしやすくする効果がある。

3. 特に効果はない。



