

新型インフルエンザの予防方法(手洗いの方法)

- 手洗いは感染防止策の基本であり、外出からの帰宅後や、不特定多数の者が触るような所を触れた後、頻回に手洗いを実施しましょう。

(目的)

- 本人及び周囲への接触感染の予防

(効果)

- 流水と石けんによる手洗いは、付着したウイルスを除去し、感染のリスクを下げます。また、60～80%の濃度のアルコール製剤により、ウイルスは死滅します。

(方法)

- 手洗いは、流水と石けんを用いて15秒以上行いましょう。洗った後は水分を十分に拭き取ることが重要です。速乾性擦式消毒用アルコール製剤(アルコールが60～80%程度含まれている消毒薬)は、アルコールが完全に揮発するまで両手を擦り合わせます。

(4) 流水による手洗いの手順

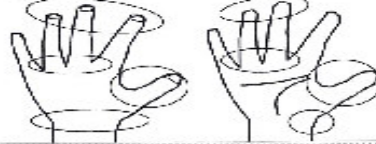
<手洗い前の準備>

- ・ 爪は短く切っていますか？
- ・ マニキュアは塗っていませんか？
- ・ 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
- ・ 指の間
- ・ 親指の周り
- ・ 手首
- ・ 手のしわ



石けんをつけ

指先と爪の間を重点的に洗う

1. 手掌を合わせよくこする



2. 手の甲を伸ばすようにこする



3. 指先、爪の間を入念にこする



4. 指の間を十分に洗う



5. 親指と手掌をねじり洗いする



6. 手首も忘れずに洗う



7. その後、十分に水で流しペーパータオル等によくふき取って乾かす。

