

# 荻窪病院だより

医療法人財団 荻窪病院 広報誌

2020 年 9 月 3 日発行

発行責任者:村井 信二

企画/編集/印刷 地域連携室

〒167-0035

東京都杉並区今川 3-1-24

代表 TEL:03-3399-1101

地域連携室直通:03-3399-0257

## 当院医師の手洗い前



## 手洗い後



荻窪病院 感染制御チーム(ICT)が、手指衛生の「見える化」を目的に 6 月に実施した医師の手のひらの菌の培養結果の一部(培養環境 37℃・最大 48 時間)。手洗い前と手洗い後では、菌の多さが明らかにちがいます。「手洗いによる感染防止効果については、様々なエビデンスが出ており、最大の防御と言えます」と石井主任。

新型コロナウイルスの侵入<sup>もんこ</sup>門戸は「目・鼻・口」。  
そこをどんな手で触るのか、が感染防止の最大  
ポイント。手指衛生の大切さを改めてお伝えします。

新型コロナウイルス感染症の世界的流行から早半年。6月から再増加していた感染者数は減少傾向にありますが、冬にはインフルエンザも控え、『With 感染症』の日々は長く続きそうです。息切れせず、正しく自分で自分の身を守る基本を、当院の感染管理認定看護師である石井みちる主任・中村久美副主任に聞きました。

### 夏の感染症である手足口病 激減したのはコロナの影響？

国立感染研究所によると、夏の感染症である手足口病の発症数が、昨年の100分の1であったとのこと。夏かぜを始めとした他の感染症も非常に低い数字で推移しています。これはマスクや手洗いによる新型コロナウイルス感染対策の「好」影響なのでしょう？

「そうですね、関係していると思います。感染症はかかってからでは遅いので、みなさんの意識がしっかりと予防に向いているのはとても大事なことです。

ウイルスはどこににいるかはわかりませんが《どこにいても、自分のことは自分で守るすべ》を持っていると、精神的にも疲れにくくなるのかなと思います。そのた



当院の玄関前でも、患者さんを始めとしたすべての来院者様に発熱チェックとアルコールでの手指衛生をお願いしています。

めに必要なのが、正しい知識です」と石井主任。特に大事なのが、手洗い・アルコール消毒といった手指衛生だと話します。

「新型コロナウイルスは目・鼻・口の粘膜にウイルスが付着して体内に侵入し、気道や肺で増殖して、発症します。このウイルスが体内に入っていく箇所を侵入門戸と言いますが、そこを触ってしまうのが自分の【手】なんです。手を清潔にしなければならぬ重要性はここにあります」。

人は無意識のうちに1時間に

荻窪病院は  
地域医療に  
貢献します

### 理念

患者さんへ安心で信頼される医療を提供します。  
職員へやり甲斐のある仕事と豊かな生活の場を提供します。

### 基本方針

- 1.急性期医療に全力で取り組み、地域社会に貢献します。
- 2.個人の権利を尊重し、相互信頼に基づいた患者さん中心の医療を提供します。
- 3.豊かな人間性と優れた技能を有する医療人の育成に努め、活力のある病院づくりをします。
- 4.経営の健全化に努め、質の高い医療を地域に提供し続けます。



23 回ほど顔を触っているというデータがあるそう。

「今、鼻に触ろうとしているこの手は大丈夫なのか、どんな手で触ろうしているのか、という視点が大切です。」

新型コロナウイルスの感染経路には、飛沫感染と接触感染があります。接触感染はウイルスに触ってしまったからうつる、ということではありません。手に付着したウイルスが侵入門戸に運ばれて、うつるのです」

### 知っておくと、さらに効果アップの手指衛生の知識

《目・鼻・口を触る時の手は必ず清潔であること》が分かれば、神経質になりすぎることもしなくなります。感染拡大を防ぐために、手は常に清潔であるのに越したことはありません。ここでは手指衛生で見落としがちな点や、さらに知っておくとよい話を聞きました。

### 手洗い

手のひらに集中しがちだけど、大事なのは「指先」

洗い残しが多いのが指先、爪、親指、手首です。泡を立てるのが手のひらなので、そこに意識が向きますが、手の中で一番汚れているのはどこでしょうか？ 指先です。特に爪が長いと病原体の温床となりますので、気をつけましょう。

### 抗菌剤入り石けんにこだわらなくてもOK

石けんの界面活性剤がウイルスの細胞膜を破壊することで、ウイルスが死滅します。よって抗菌剤入りでなくても、普通の石けんで問題ありません。何を使うかということよりも、どのようにどのくらいの時間をかけて洗ったかということのほうが大事で、30秒はかけてください。今はたくさん手洗い動画が出ているので、家族で楽しく行えるといいですね。

### ペーパータオルでは優しく拭く

ペーパータオルはごしごし拭くと手荒れの原因となります。水分が残っていても、乾くときに潤いが奪われるので、優しく、かつ水

分はしっかりと押さえながら拭き取ると手荒れが防げるのではないのでしょうか。

### アルコール消毒

### 消毒液との接触時間が大事よく刷り込んで

アルコール消毒は、アルコール液との接触時間の長さが効果に比例します。よく「刷り込んで」と言われるのはそのため、手のひらをヒラヒラさせて乾かしては、まったく効果がありません。

接触時間が30秒で病原体が3千分の1に、1分で手術前の手指消毒のレベルになると言われています。

またアルコールも手のひらに出してのばすので、指先がおろそかになりがちですが、一番汚れているのは指先です。手のひらに指先を立てて、よく刷り込みましょう。



## 新型コロナウイルスと感染管理認定看護師

院内での感染を極力防ぐために、当院は感染管理室を設置し、院内感染防止対策委員会(ICC)や、感染制御チーム(ICT)などの組織のもと、全職員が感染防止に取り組んでいます。特に「感染管理認定看護師」は、感染症や感染制御の専門知識と経験を積んだスタッフとして、感染管理活動を引っ張っていく中心的存在。コロナウイルス感染症対応で、多忙を極める日々を送っています。

「ガイドラインがある既存の感染症と違って、新型コロナウイルス感染症は白紙からの対応だったので、研究論文が出るたびに情報を収集する毎日でした。徐々に指針が出始め、コロナの全容が見えてくるまではどの病院さんも大変だったと思います。医療者にとって今回のコロナは自分たちの感染対策を見直す機会にな



りました。スタッフの飛沫・接触の感染予防意識はもちろんのこと、患者さんの体温、呼吸器症状、そして自分自身の体調への感度が上がってきていると感じています。この意識を持続させられるように、感染管理ドクターである藤井感染管理室長はじめ、多職種チームで活動していきたいと思っています」(中村副主任)

感染制御チーム(ICT)として、感染管理ラウンドを行う中村感染管理認定看護師(中央)

### おぎくぼ病院まつり中止のお知らせ



毎年11月に行っていた「おぎくぼ病院まつり」は、昨今の状況を鑑み、中止とさせていただきます。また同時開催の「すぎなみフエスタ」への出展も見合わせることとなりました。

地域の皆さまとの交流の場であるイベントの中止は大変残念ではありますが、来年には無事開催できるよう、地域に必要とされる医療の提供に職員一同、尽力してまいります。

病院長 村井 信二