

## 3. 感染症の予防策

### (1) 標準予防策の考え方

標準予防策（スタンダード・プリコーション）とは、CDC（米国疾病対策センター）が提唱した病院向け感染予防のガイドラインです。

「誰もが何らかの感染症をもっている可能性がある」と考えて、すべての患者に対して「感染の可能性があるもの」への接触を最低限にすることで、患者・スタッフ双方の感染の危険性を少なくする方法です。日本の医療機関・福祉施設の感染症予防対策でも、この考え方を取り入れています。

保育の現場でも、この考え方を取り入れることができます。保育をするうえでも「誰もが何らかの感染症をもっているかもしれない」と考えて、標準予防策を取り入れましょう。

#### スタンダード・プリコーション（標準予防策）とは？

疾病管理予防センター（米国）が感染対策ガイドライン提唱

「すべての患者の血液・体液・分泌液・排泄物・創傷皮膚、粘膜などには、感染する危険性があるものとして取り扱わなければならない」という考え方が基本

◇「感染の可能性があるもの」として取り扱わなければならないもの

- ・ 血液
- ・ 体液（精液、膣分泌液）
- ・ 汗を除く分泌物（鼻水、目やに、痰、唾液、母乳）
- ・ 排泄物（便、嘔吐物、尿）
- ・ 傷や湿疹などがある皮膚
- ・ 粘膜（口・鼻の中、肛門、陰部）

#### (例) 血液処理

- 傷の手当てをするときは使い捨て手袋を着用する。
- こぼれた血液は、使い捨て手袋をして、布やペーパータオル等で吸い取る。血液が付着した場所はきれいに拭き、水拭き後にアルコールや次亜塩素酸ナトリウム溶液等で消毒する。

- 血液が付着したゴミは、使い捨て手袋をしてビニール袋に入れ、口をよく縛って廃棄する。汚物と同じ扱いで、使い捨て手袋も汚物のゴミ箱に捨てる。
- 血液処理を行った後には手洗いをを行う。

## (2) 標準予防策の実際

### ①手指衛生（手指消毒、手洗い）

感染症予防対策の基本です。

保育の現場では、子どもや職員の手を介して、病原体が人から人へと感染することが多く見られます。**手洗いをして、感染経路を遮断することが大切です。**

なお、正しい手指衛生の方法を実践しなければ意味がありません。手指消毒の方法や手洗いの方法を訓練し、いつでも正しい手指衛生ができるようにすることが大切です。

また、手指衛生は、必要な時に行うことが重要です。いつでも、どんな時でも手を消毒しなければならないということではありません。

#### ◇手を洗うタイミング（例）

- ・子ども： 登園時、退園時、遊び（外遊び、散歩、製作活動など）の後、トイレの後、食事の前
- ・職員： 登園時、退園時、遊び（外遊び、散歩、製作活動など）の後、トイレの後、清潔にすべきもの（食べ物・飲み物）を扱う前、食事の前  
子ども等の粘膜に触れる可能性のある場合の前（歯磨き指導、外傷の手当てなど）  
不潔なもの（汚染の可能性のあるものを含む）に触れた後（特にオムツ交換後、トイレ介助後、嘔吐物処理後、傷処置後など）  
※使い捨て手袋を外した後も行いましょう

### ②手袋、マスク、エプロン等の適切な使用

手袋、マスク、エプロンなど感染を防御するために個人ごとに使用するものをPPE（個人防護具：Personal Protective Equipment）といいます。

PPEの使用で大切なことは、どのような時に、どこで、何を、どのようにつけるかということ、またさらに重要なことは、どこで、どのように外すかがポイントになります。

汚染の拡大防止と、対応する人への直接的な汚染防止のために使用しますが、汚染がゼロになるわけではなく、最小限に抑えるために使用します。使用後のPPEは汚染されているわけですから、その汚染が拡大しないように外す・脱ぐことに注意しなければなりません。

### ③咳エチケット

- 1) 咳やくしゃみの症状があるときは、マスクを着用すること
- 2) マスクをしていないときは、必ず人から顔をそむけてすること
- 3) マスクをしていないときは、できる限りティッシュで口と鼻を覆うこと
- 4) 使用後のティッシュはふたのついたごみ箱等に捨てること
- 5) その後手指衛生を行うこと（手洗い、手指消毒）
- 6) マスクやティッシュがない場合、手で口や鼻を覆わず、腕で覆うこと

これらはエチケットとしてスタンダードプリコーション（標準予防策）の一部となっています。子どもの時からの習慣づけが必要です。

### ④日常の清掃

いざ消毒が必要な時にその効果が得られるためにも、日常の清掃を欠かしてはいけません。普段の整理整頓と日常の清掃がなされていないと、消毒しにくいこともありますし、消毒薬の効果が減じる恐れもあります。

玩具や遊具、文房具、食器、あるいは衣服やタオル、寝具等その使用前、使用後の清潔管理も必要になります。その物の使用方法を考慮して、消毒が必要なもの、洗浄だけで良いものなど分けて考えることが大切です。また消毒も材質や構造により、消毒方法を適切に選択する必要があります。

#### 【参考】うがい

うがいをして口の中を清潔にしましょう。

#### ◇うがいをするタイミング

- ・登園時、遊び（散歩）の後
- ・子ども、職員にかぜの症状があるとき
- ・かぜやインフルエンザの流行期には特にうがいを頻回にしましょう



## ◇正しいうがいの方法について

- 1) コップに水またはぬるま湯を準備します
- 2) まずは、ブクブクうがい  
食物のカスなどを取り除く目的で、比較的強く口をゆすぎます
- 3) 次に、ガラガラうがい  
上を向いてのどの奥まで液が回るように、うがいをします
- 4) 3) と同様のうがいを何回か繰り返します

## ◇ガラガラうがいのできない年齢の場合は、ブクブクうがいでだけでもよいでしょう

※ 「うがい」に関しては感染の防御に効果があるのか否かについて、まだ十分な検証がされたわけではありませんが、今までに、感染予防に役立つとの小規模な報告は見られます。

## (3) 拡大予防策の考え方

通常は標準予防策を実施することが大切ですが、いざ何らかの感染症が発生し拡大してしまった、あるいは拡大のおそれがある場合は、**標準予防策の徹底と、その感染症の感染方法つまり感染経路を考慮した予防策を追加します。**これを拡大予防策といいます。

◇ **接触感染する感染症**→「標準予防策＋接触感染予防策」

◇ **飛沫感染する感染症**→「標準予防策＋飛沫感染予防策（＋接触感染予防策）」

◇ **空気感染する感染症**→  
「標準予防策＋空気感染予防策（＋飛沫感染予防策＋接触感染予防策）」

## (4) 拡大予防策の実際

### ①接触感染予防策

- ・ **最も重要な対策は「手洗い」などの手指衛生です。**  
((5) 手指衛生の方法を参照)

- ・ **液体石けん**を使用した手洗いが推奨されています。また、**タオルの共用は絶対にしないように**します。
- ・ 手袋を必要に応じ積極的に使用します。
- ・ おう吐物や下痢便等が付着している箇所については、直接触れないよう手袋やガウン等の PPE（個人防護具）を使用します。**汚物が残っていると消毒の効果が低下するため、きれいに取り除いてから消毒を行います。**
- ・ 当該感染症に適した消毒方法により、通常より汚染の可能性を広く考慮した消毒範囲や、定期的な消毒箇所については通常回数より消毒回数を多く設定します。

## ②飛沫感染予防策

- ・ 基本は病原体を含む飛沫を浴びて吸い込まないようにすることです。
- ・ 咳やくしゃみ等の症状がある場合は、**サージカルマスクを着用**しましょう。
- ・ 本来サージカルマスクは、咳やくしゃみが出るなどの患者が着けるべきものです。予防のために使用することは、100%の効果を期待できるものではありません。しかし鼻や口等の粘膜に手が触れることを避けたり、直接的な飛沫を浴びた場合の一つの防御策と考えられます。
- ・ 咳エチケットを徹底します。  
（参照：（2）標準予防策の実際 ③咳エチケット）
- ・ **感染症の症状を呈する乳幼児は、医務室等の別室で保育します。**

## ③空気感染予防策

- ・ 基本は「発病者の隔離」と「部屋の換気」です。
- ・ 「麻疹」「水痘」「乳幼児の重症結核（結核性髄膜炎や粟粒結核等）」への有効な対策として、**事前にワクチン接種を受ける**という方法もあります。

## (5) 手指衛生の方法

手指衛生とは、手をきれいにすることです。つまり流水と石けんで手を洗うか、アルコール性の手指消毒薬を擦り込み、消毒する方法があります。

消毒薬を使用する際は、**有機物が付着していると消毒薬の効果を著しく低下させるので、汚れをよく落としてから使用します。**

### ①手洗い（流水と石けんによる手洗い）

水は必ず**流水を用いて30秒以上**かけて洗いましょう。溜めた水は決して使用してはいけません。

手洗いの方法を次に示します。子どもも職員も習慣づけることが大切です。



①両手のひらを擦り合わせる



②手の甲もよくこすり洗



③指先は特に入念に



④指の間もくまなく洗う



⑤親指と手のひらもてい



⑥手首も忘れずに

ねいに

また、手洗い時は洗い残しやすい場所に留意して、手洗いの方法を習慣づけることが大切です。

**一般にペーパータオルを使用することが望ましいのですが、そうでないときは個人ごとのタオルを使用し、タオルの共有は絶対に避けなければなりません。**

◇洗い残しやすい部分

- 指先や爪の間
- 指の間
- 親指の周り
- 手首
- 手のしわ



※時計や指輪は外しましょう。

## ②手指消毒（アルコール性擦式手指消毒薬による手指消毒）



- ①少し丸めて受けてもあふれるほど十分な量の消毒薬を手にとります。(通常のポンプタイプのものは1回押します。)  
※ 携帯用のものは1回のプッシュでは十分な量が得られないことがあります。



- ②最初に片方の手の指を浸し、次に液を反対側の手に移し替え、同様に指先を浸します



- ③まずは手の平から行い、消毒薬をまんべんなく擦り込みます



- ④次に手の甲



- ⑤手を替えて



- ⑥指の間



- ⑦親指



- ⑧手首

1回であふれてしまう場合は、片手ずつのつもりで2回行います。

乾くのを待ってから次の行為に移ることが大切です。

乾燥させるためにペーパータオルを用いることはしてはいけません。

#### ※大人の場合

- 通常のポンプタイプのものは1回しっかり押し、約3mlの消毒液を手にとります。
- 一般に液タイプのものは3mlを適量とするものが多いですが、ジェルタイプなどでは適量が液タイプより少ないことがありますので、製品の取り扱い説明書をよく読み、使用しましょう。

## (6) PPE の使用方法 (マスク・手袋・エプロン)

PPE (Personal Protective Equipment) とは個人防護具で感染予防のために使用する、マスク、手袋、エプロン等のほかゴーグル、シューカバーなど種々の道具をいいます。保育施設では一般にマスク、手袋、エプロン等の使用が想定されます。

### ①手袋

手袋は使い捨ての滅菌手袋や無滅菌手袋のほか、一般家庭で用いる掃除用のゴム手袋等があります。

手袋の着脱では、**外すときに注意**しなければなりません。使用後の手袋の表面は汚染されているため、その汚染が拡がらないように外す必要があるからです。



## ◇手袋の外し方



①手首に近い縁の外側をつかむ



②手袋の内側が表になるように外す



③手袋を着用している手で外した手袋を握る



指を入れる



かぶせるように、内側が表になるように外す



## ②マスク

通常マスクはインフルエンザ等の飛沫感染する感染症の患者が着けるものです。つまり咳やくしゃみで病原体を含む飛沫が広く遠くまで飛ぶことを防止するために着けるものです。

では予防のためには意味があるかということには十分な結論は出ていないものの、患者からの直接的な飛沫を浴びることを防止することや、汚染された可能性の高い手指が口や鼻に触れることを防止するなど、一定の効果はあられると思われます。また、流行時には潜伏期間中に前もってマスクを着けるという意味もあります。

なお、通常はサージカルマスクを使用します。またマスクも適切な使用方法が大切です。

## ◇マスクの着け方



①ヒダが下向きになるように装着する



②あごまで覆うようにヒダを伸ばす



③ノーズワイヤーを押さえ、鼻の形に合わせる



④口・鼻が覆われ、頬などに隙間がないよう調整する

## ◇マスク着脱の注意点

- ※ ワイヤーは鼻梁にフィットするように曲げます。この時片手で行うと鋭角に曲がることもあり、隙間ができるので、両手の指で押さえた方がよいでしょう。
- ※ マスクのひだ（蛇腹）を伸ばして、鼻、口、あご部分まで覆うようにします。
- ※ 耳にかけるゴムやひもは長さを調節できるものはしっかりフィットするように調節します。調節できないゴムの場合、ゆるくてフィットしない時は少し結んで調節するとよいでしょう。
- ※ 使用時にマスクの面体に極力手が触れないようにしなければなりません。

- ※ マスク外す時も面体に手指が触れないように、耳かけのひもの部分を持ち、外して捨てます。
- ※ その後手指衛生を行います。
- ※ 基本的にマスクは使い捨てです。

### ③エプロン

ここでいうエプロンは感染症予防のためのエプロンでプラスチックやビニール製のものを指します。保育時に通常使用する布製などのエプロンのことではありません。

嘔吐物や排泄物の処理時等には基本的に使い捨てのプラスチックエプロンを使用します。他の PPE と同様、脱ぐ時に注意が必要です。

#### ◇エプロンの外し方



①両手で首にかけた紐の部分



②紐を切る



③腰紐を結んだまま内側が表になるように上から下へ折る



④裾を握り、内側から腰紐の高さまで下から上へ持ち上げ、折り込む



⑤手前に引いて腰紐を切る



⑥廃棄し、手洗いをする

- ※ 外側が中に入るようにまるめて処分します。
- ※ 脱いだ後の手指衛生は他と同様必ず行わなければなりません。