

# 院内・自宅での感染予防対策

感染症から守るために

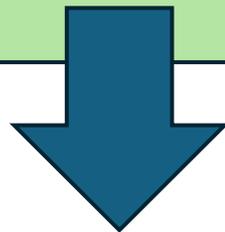
流行する代表的な感染症として、

**新型コロナウイルス**  
**インフルエンザ**  
**感染性胃腸炎**  
**(ノロウイルス)**

があげられます。

# 感染予防対策の心得

1. ウイルスの特徴を知る
2. 感染予防対策を実践する
3. 毎日の体調観察が重要
4. 発症後の対応をしっかりと



- ・自分や家族を守る
- ・院内感染予防につながる

## <目次>

# 1. 新型コロナ・インフルエンザウイルス

1) 新型コロナウィルスの特徴

2) インフルエンザウィルスの特徴

3) 感染経路

4) 基本的な感染予防策

5) 家族や自分に

風邪症状が出現した時の対応

6) 発症後の感染予防対策

## <目次>

# 2. 感染性胃腸炎(ノロウイルス)について

- 1) 感染性胃腸炎とは
- 2) 発熱・腹部症状出現時の対応
- 3) 発症後の感染予防対策
- 4) 自宅での消毒方法について

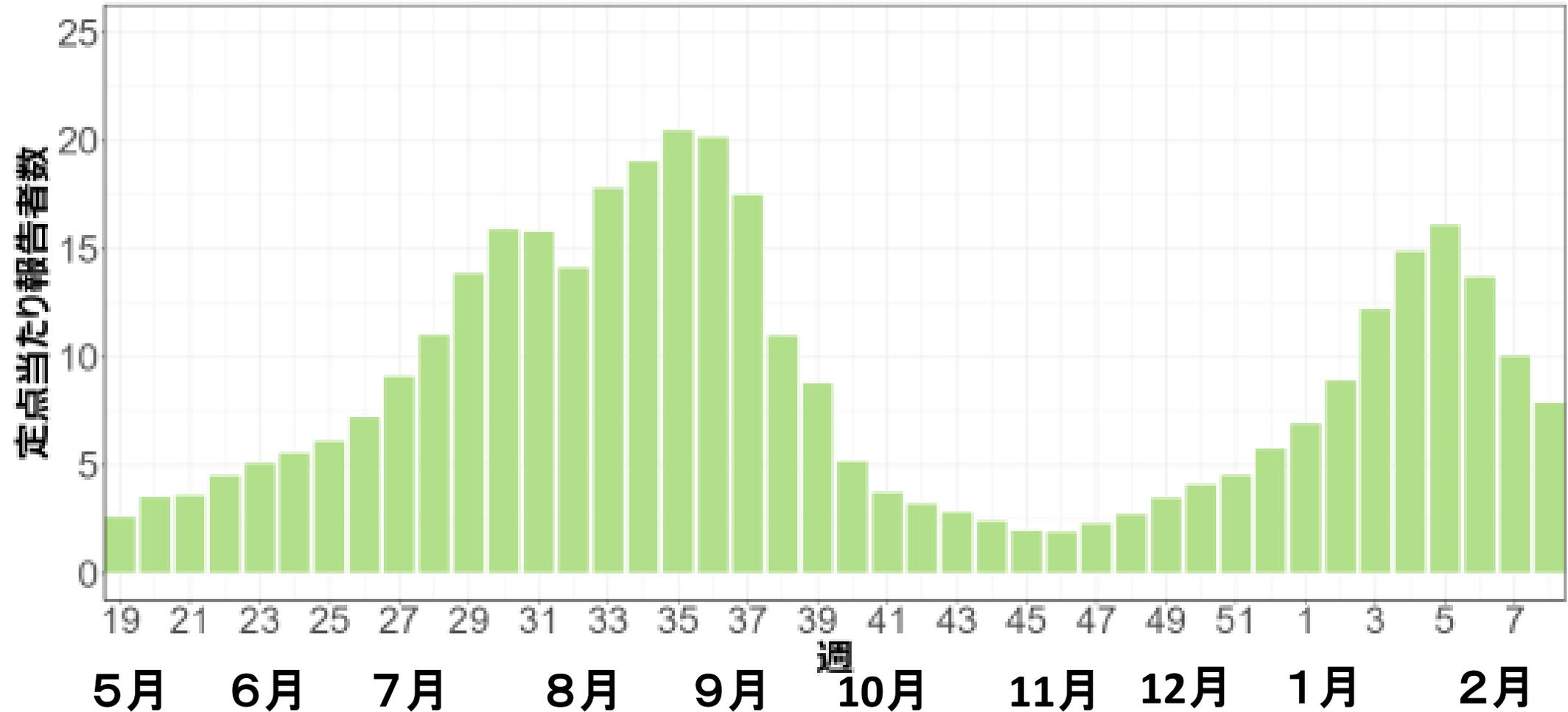
# 1. 新型コロナウイルス インフルエンザウイルス

## 1) 新型コロナウイルス の特徴

# (1) 特徴

# 季節性はなく、年中流行。

図 1: 全国の定点医療機関から報告された COVID-19 の定点当たり報告数



- 高齢者や基礎疾患がある人は重症化リスクが高い。

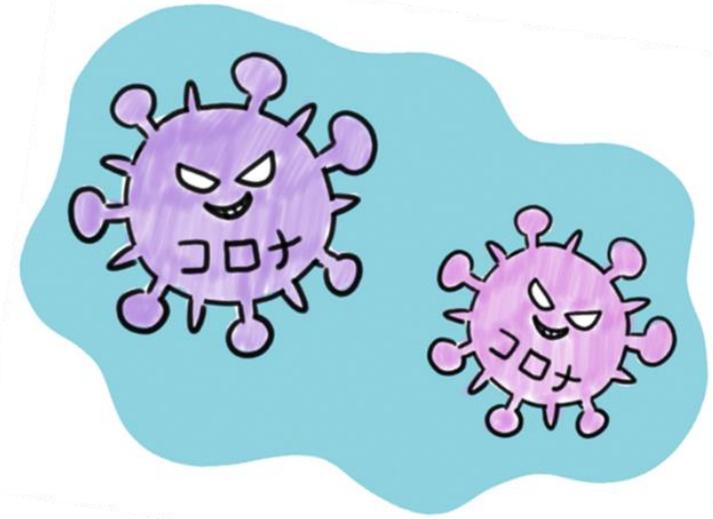
- 発症2日前から

- 発症後7～10日程度までは

- 他の人に感染させる可能性がある。

- 発症直前～3日間が

- ウイルス排出量が多い。



## (2) 潜伏期間

約2～3日程度

(オミクロン株の場合)

# (3) 代表的な症状

- 発熱
- 倦怠感
- 咳嗽
- 寒気
- 喀痰
- 悪寒
- 鼻汁
- 筋肉痛・関節痛
- 咽頭痛
- 下痢
- 頭痛
- 味覚・嗅覚の異常

# (4) 抗ウイルス薬について

## 内服薬

- ・ラゲブリオ
- ・パキロビッド
- ・ゾコーバ

重症化リスク患者

重症化リスク無関係  
併用禁忌薬が多い

## 点滴

- ・レムデシベル

# ラゲブリオの特徴

- 重症化リスクが高い患者のみ
- 併用禁忌薬がない
- 腎不全患者でも使用可
- 1日8カプセル2×  
(朝・夕) 5日間



# (5) コロナウイルスの隔離期間

令和5年5月8日～

感染症法

2類 → 5類へ

感染者の隔離

外出自粛7日間 → 法的制限なし

厚労省

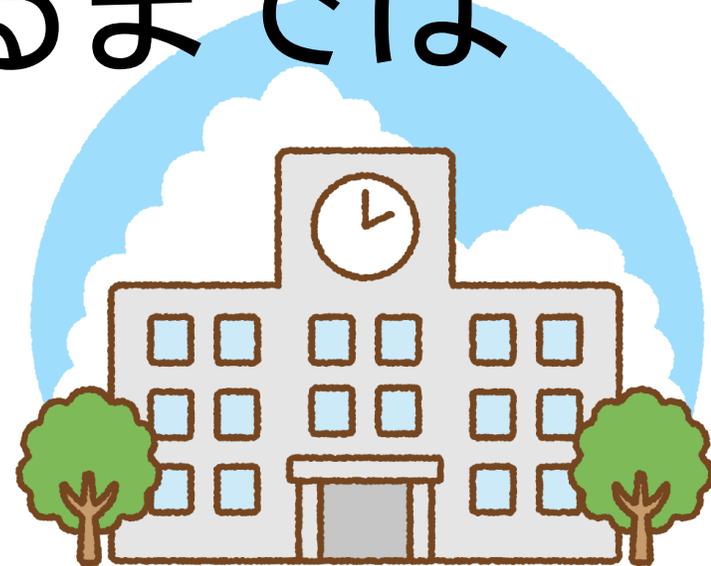
5日間外出を控えることを推奨

# 文科省

- ・5日間の出席停止

かつ症状が軽快した後1日を経過するまで

- ・発症から10日を経過するまでは  
マスク着用を推奨



## 2) インフルエンザウイルス の特徴

# (1) 特徴

- A型とB型がある。

(A(H1N1)亜型、A(H3N2)亜型、2系統のB型の4つの種類)

- 例年12月～3月が流行シーズン
- 高齢者や基礎疾患がある人は重症化リスクが高い。

## (2) 潜伏期間

約1～3日程度

### (3) 代表的な症状

- 発熱
- 倦怠感
- 咳嗽
- 寒気
- 喀痰
- 悪寒
- 鼻汁
- 筋肉痛・関節痛
- 咽頭痛
- 頭痛

# (4) 抗ウイルス薬について

内服薬

・タミフル

・ゾフルーザ

吸入薬

・リレンザ

・イナビル

◎ウイルスが増えるのを抑える

# 抗ウイルス薬：服用ポイント

発症から48時間以内に  
投与を開始！



早期診断・早期治療が大切

# タミフル：治療で服用の場合

成人



1回75mg

2カプセル2×

5日間

透析患者



1回75mg

1カプセル1×

1日間

# タミフル：予防で服用の場合

## 治療と予防における用法・用量の違い



# (5) インフルエンザの出勤停止期間

## ① 本人が 陽性

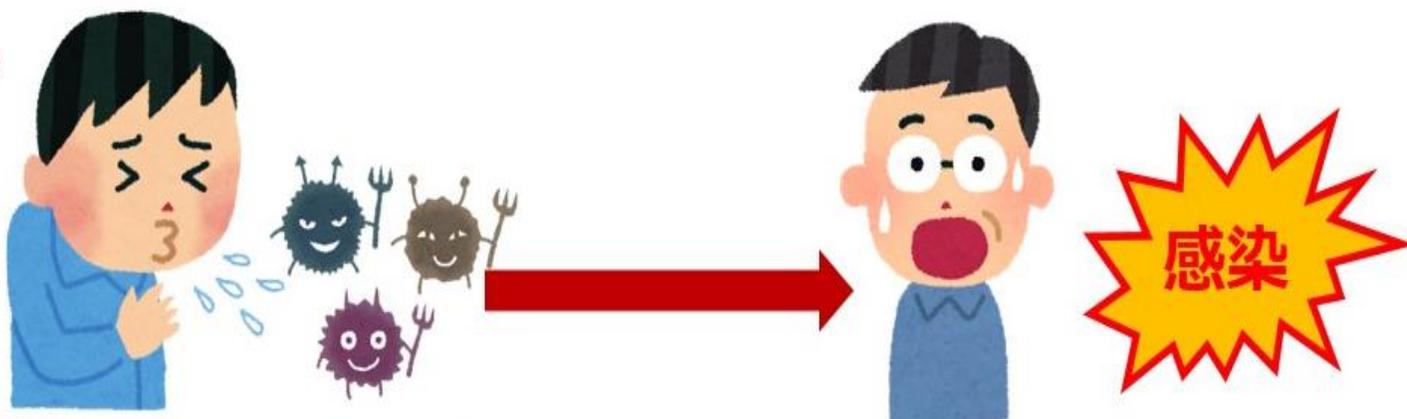
例	発症日	発症後 5 日間 (出席停止期間)					発症後 5 日を経過		
	0 日目	1 日目	2 日目	3 日目	4 日目	5 日目	6 日目	7 日目	8 日目
発症後 1 日目に 解熱した 場合		解熱 1 日目 2 日目 →					登校 OK		
発症後 2 日目に 解熱した 場合			解熱 1 日目 2 日目 →				登校 OK		
発症後 3 日目に 解熱した 場合				解熱 1 日目 2 日目 →			登校 OK		
発症後 4 日目に 解熱した 場合					解熱 1 日目 2 日目 →			登校 OK	
発症後 5 日目に 解熱した 場合						解熱 1 日目 2 日目 →			登校 OK

### 3) 感染経路

(コロナ・インフル)

## 飛沫感染

①



咳やくしゃみをする

吸い込んでしまう

## 接触感染

②



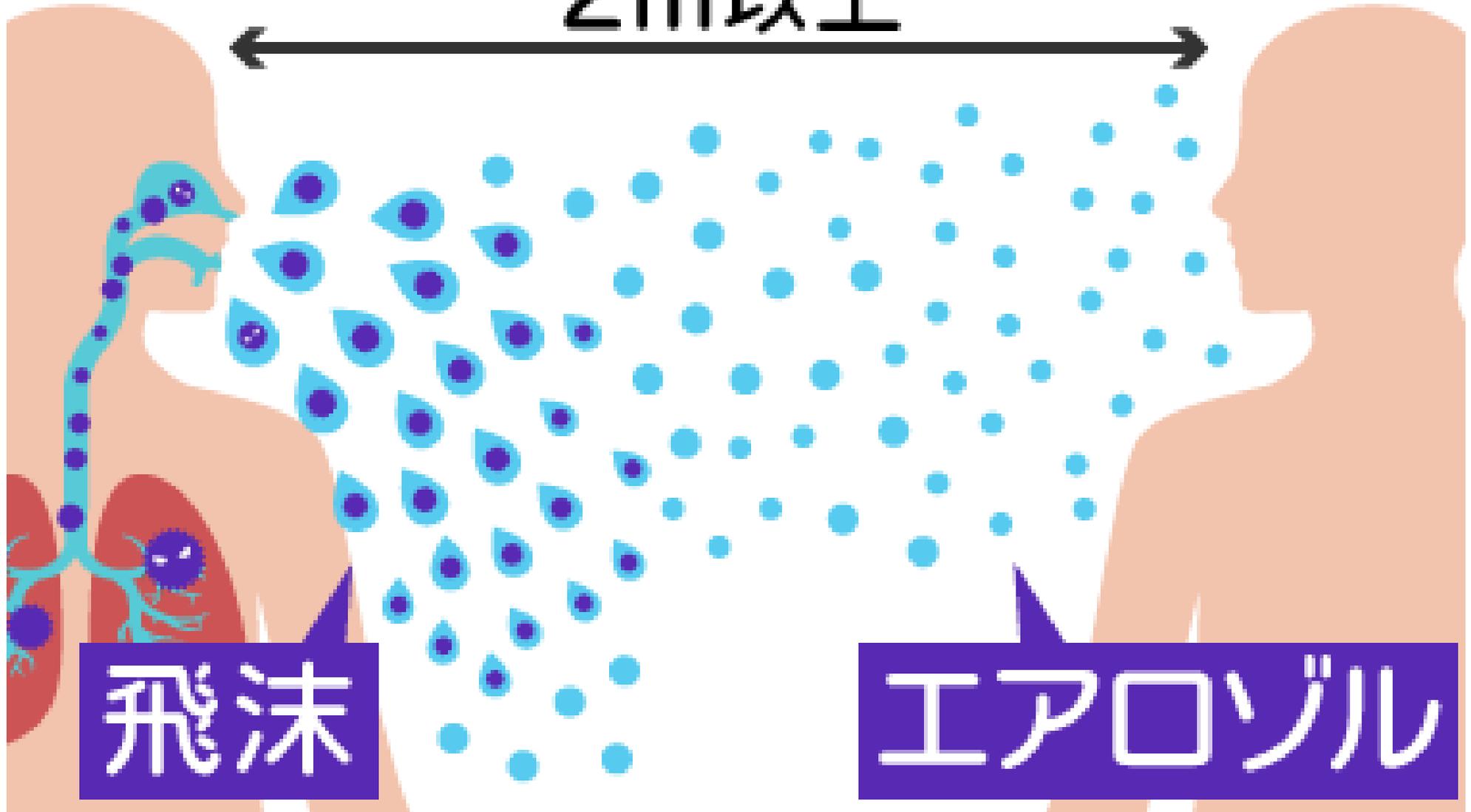
手すりや  
ドアノブに触る

手洗いしないと  
手に付着する

眼や鼻をこする

# エアロゾル感染(コロナ)

2m以上



飛沫

エアロゾル

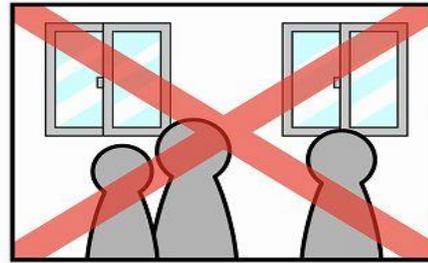
# 4) 基本的な感染予防対策

～コロナ・インフル～

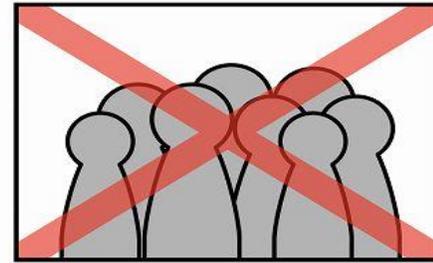
# 基本的な感染予防対策

- マスク(不織布)の着用
- 3密を避ける
- 換気を行う
- 手洗い・うがい
- アルコール消毒による手指消毒

3つの密



密閉



密集



密接

# 5) 自分や家族に 風邪症状が出現した時の対応

風邪症状が出現した場合・・・

コロナやインフルを  
想定した対応を!!

# (3) 検査(抗原検査)を受ける

## ・当院での検査の場合

車・・・車内

徒歩・・・テントで施行

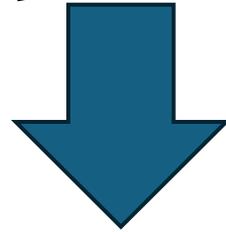
## ・検査を受けるタイミング

発症(風邪症状が出現)した時点で

検査が可能

**！ 注意！**

自身で行う抗原検査キット  
の結果はあくまで参考



- ・自己判断しない
- ・確定診断は医師が行う

# 6) コロナ・インフル 発症後の感染予防対策

# (1) 隔離の程度

コロナウイルス → 完全隔離

インフルエンザ → 可能な限り隔離

## (2) 感染予防対策の具体例

① 隔離を行う＝部屋・トイレを別にする

(コロナウイルスは便からも排出されています)

② 消毒・換気を行う

- ・手すりやドアノブ等のアルコール消毒
- ・定期的な換気

### ③基本的な感染予防対策を行う

- ・マスク(不織布)の着用
- ・手洗い・うがい
- ・手指消毒

### ④衣類やゴミの処理

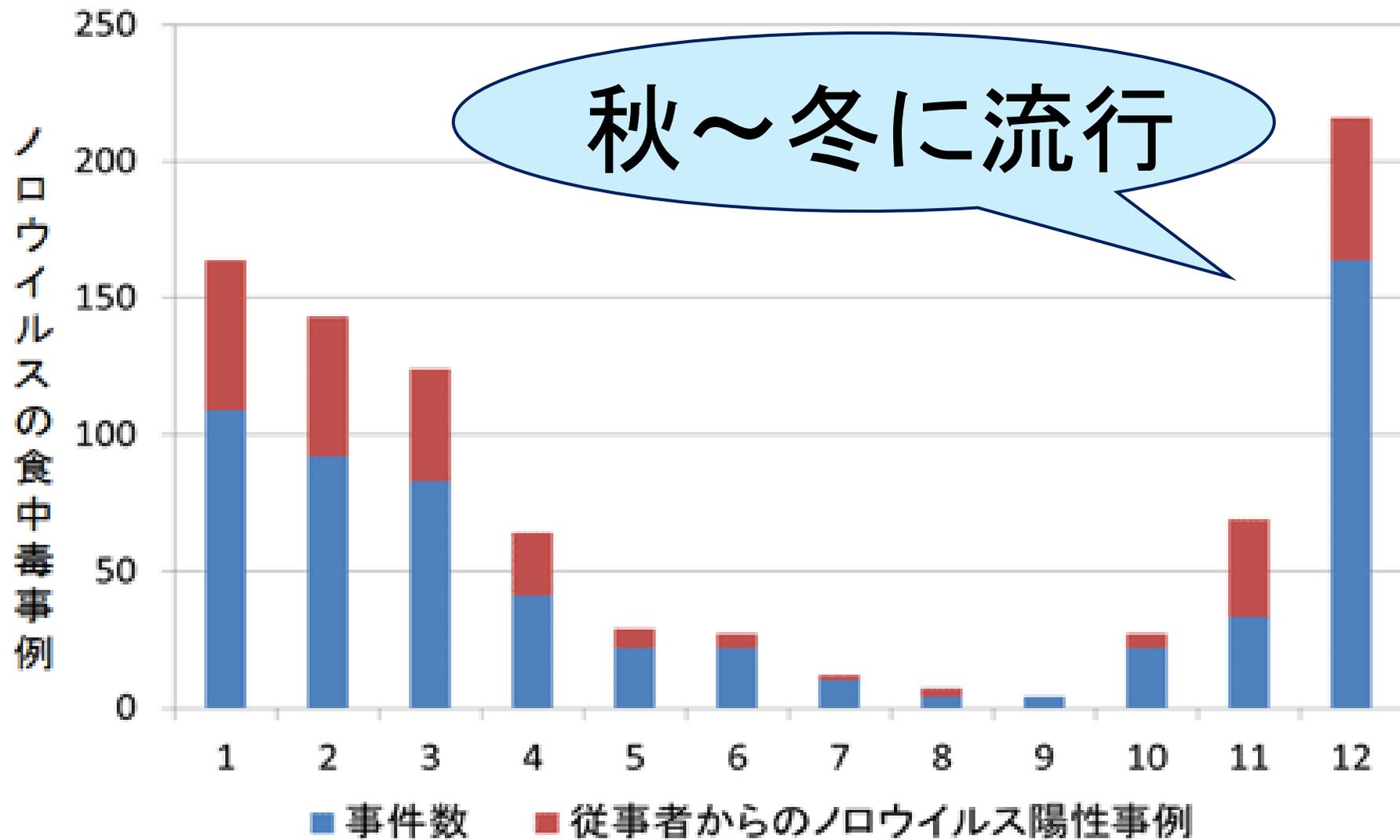
- ・汚れた衣類・リネンは洗濯
- ・ゴミは密閉して廃棄

## 2. 感染性胃腸炎 (ノロウイルス) について

# 1) 感染性胃腸炎とは

細菌またはウイルスなどを  
原因とする胃腸炎の総称。

# (1) ノロウイルスの特徴



ノロウイルス食中毒事例における従事者からのノロウイルス検出事例  
新聞報道によるノロウイルス食中毒(平成22-25年)

# (1) ノロウイルスの特徴(つづき)

- ・口から侵入、腸管で増殖
- ・便や吐物1g=ウイルス1万~10億個
- ・**感染力が強い**
  - 10~100個のウイルスでも人に感染
- ・子供や高齢者は重症化することもあり

## (2) 感染経路

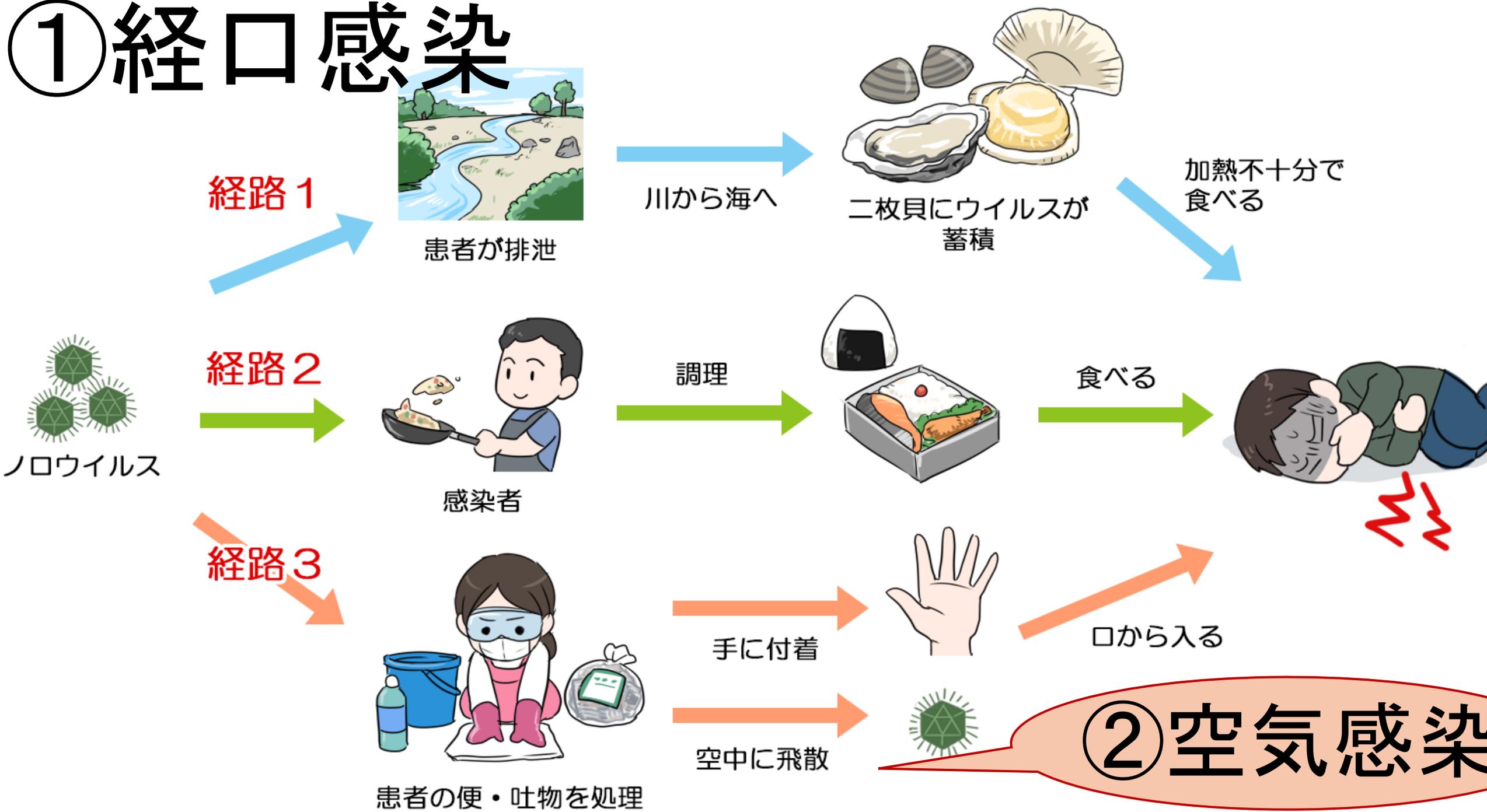
① 経口感染

② 空気感染

③ 接触感染

④ 飛沫感染

# ① 経口感染



# ② 空気感染

③ 接触感染

④ 飛沫感染



### (3) 潜伏期間

24～48時間程度

# (4) 代表的な症状

発熱 ・ 悪心 ・ 嘔吐  
下痢 ・ 腹痛

# (5) 有症状期間

1～3日程度

症状消失してもウイルスは  
**7～14日**もの間排出される

## 2) 発熱・腹部症状

出現時の対応

(1) 発熱や風邪症状もある場合は

コロナやインフルを  
想定した対応を!!

### 3) ノロウイルス

## 発症後の感染予防対策

ポイント！

- ・消毒はアルコール効果なし  
次亜塩素酸ナトリウムが有効
- ・ウイルスは吐物や便に含まれる
- ・口から取り込むことで感染

## 具体的な対策

- ①別のトイレを使用
- ②石鹼による手洗い
- ③嘔吐後のうがい
- ④消毒・換気を行う
- ⑤吐物や便の適切な処理

## 4) 自宅での消毒方法について

# (1) 次亜塩素酸ナトリウム

- ・家庭用塩素系漂白剤
- ・適切な濃度に薄めて使用する。



## (2) 次亜塩素酸ナトリウム希釈液の作り方

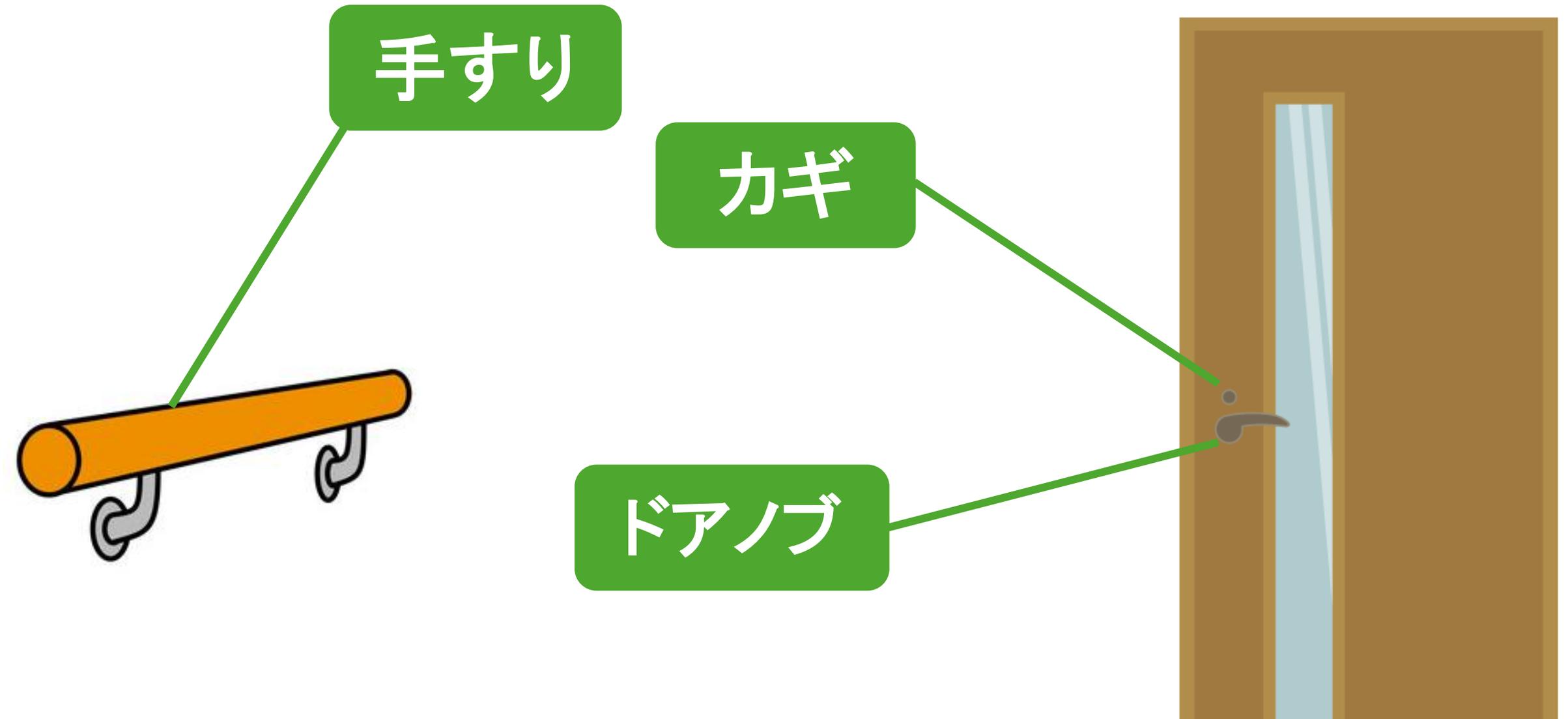
希釈液濃度0.1% (1000ppm) =



### (3) 次亜塩素酸ナトリウムを 使用する際の注意事項

- 素手で使用しない
- 換気をしながら使用
- 消毒後は水拭き

# (4)発症者が触れるところの消毒

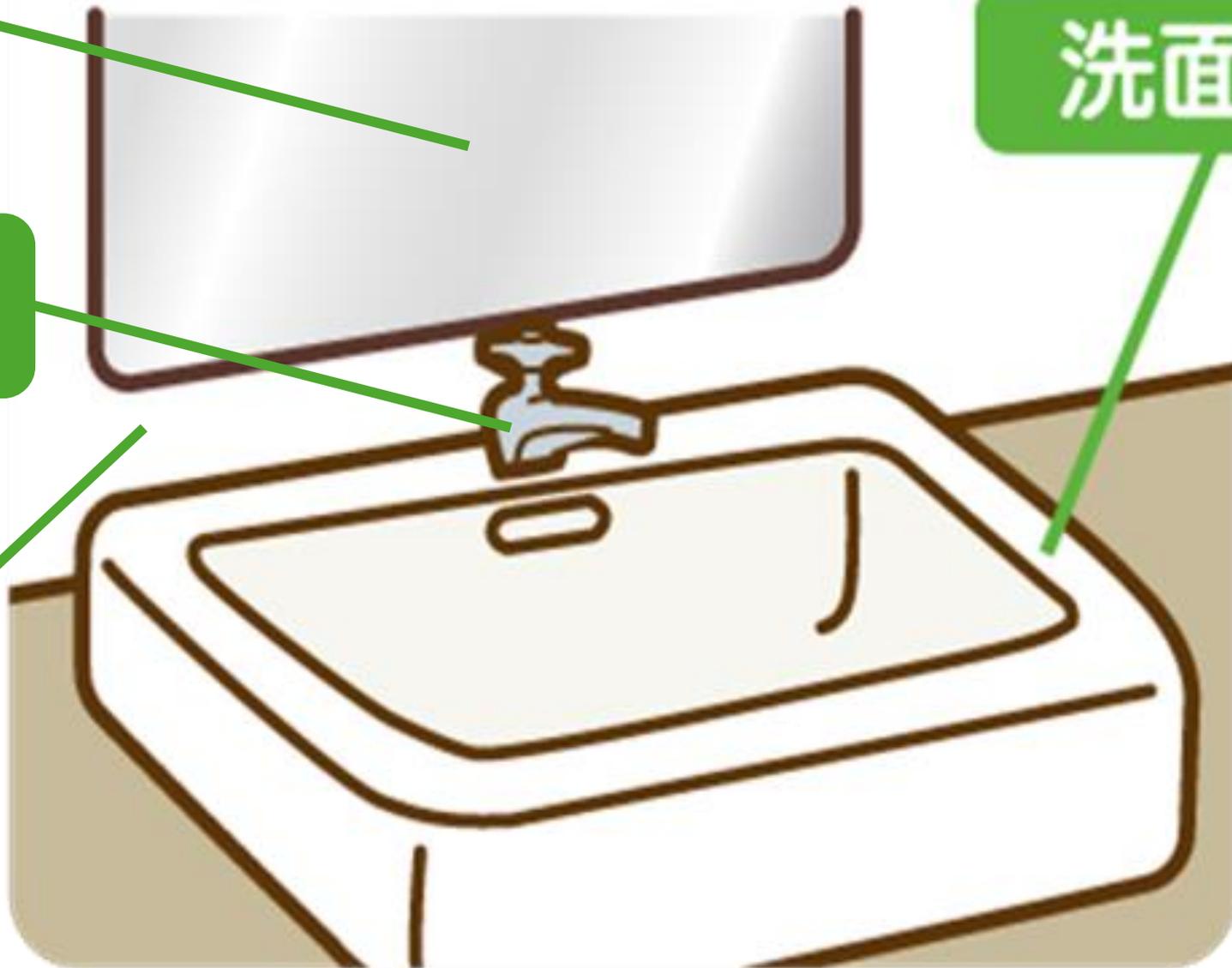


鏡

蛇口

壁

洗面台



ペーパーホルダー

フタ

レバー



スイッチ類

便座



# (5) 吐物の処理方法

～床に吐いた場合～

# 必要物品

- 使い捨て手袋
- 使い捨てマスク
- 使い捨てエプロン
- ペーパータオル
- ビニール袋3枚程度
- 0.1%次亜塩素酸ナトリウム

# ①準備

- 処理する人以外は近づかない
- 換気をしながら処理
- ビニール袋は  
広げて清潔なところに準備

②処理する人は  
手袋・マスク・エプロンを装着



③吐物は  
ペーパータオル  
などで外側から  
内側に向けて  
拭き取る



④使用した  
ペーパータオル・  
汚染した手袋は  
ビニール袋に入れる



➡ ビニール袋に0.1%次亜塩素酸  
ナトリウムを入れ、密閉する

⑤吐物が付着  
していた床と、  
その周囲に  
ペーパータオルを  
敷き、上から



次亜塩素酸ナトリウムをかける

➡ そのまま10分浸す

# 約1mの高さから嘔吐した場合・・・



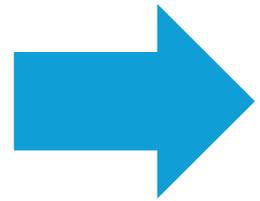
# ⑥外側から内側へ折り込むよう

に拭き取る



➡水拭きをする

⑦消毒・水拭きした  
ペーパータオルは  
ビニール袋へ破棄



ビニールは密閉



⑧手袋 → ガウン → マスク  
の順で取り外し、  
ビニール袋へ入れる

➡ 密閉する

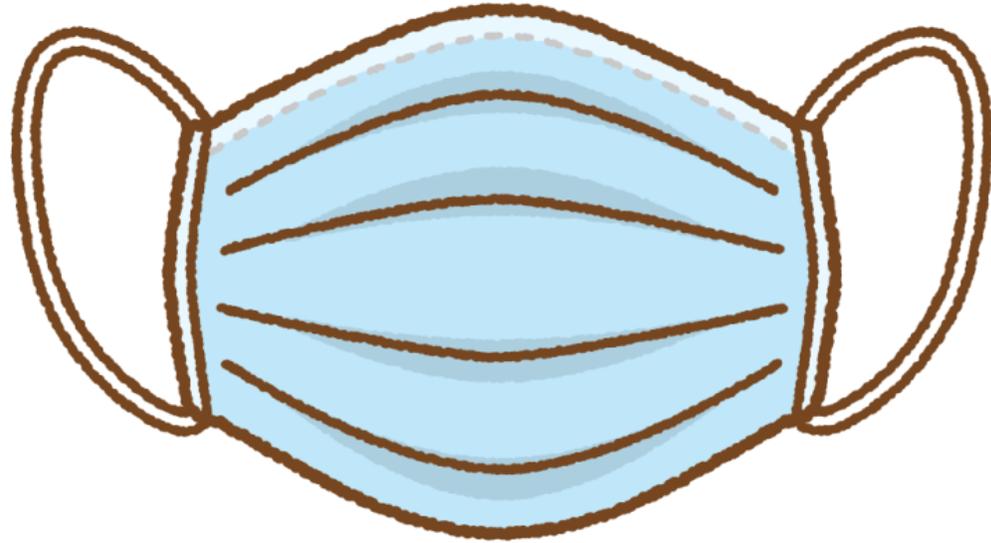


# ⑨処理後は 手洗いをしっかり行う



# (6) ビニールに吐いた吐物 および便の処理方法

# ①手袋・マスクを着用

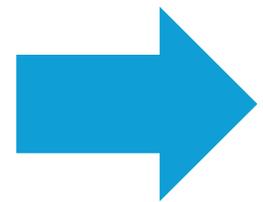


②汚物が入った袋に  
使用したティッシュ  
などを入れる

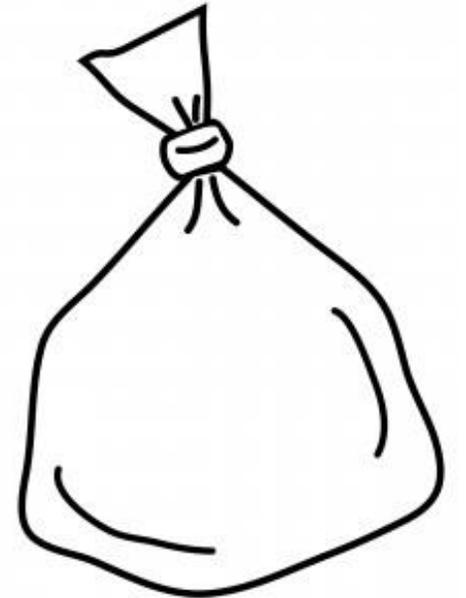
オムツの場合は  
拭いたティッシュとオムツを  
袋に入れる



③ビニール袋  
に0.1%次亜塩素酸  
ナトリウムを入れる



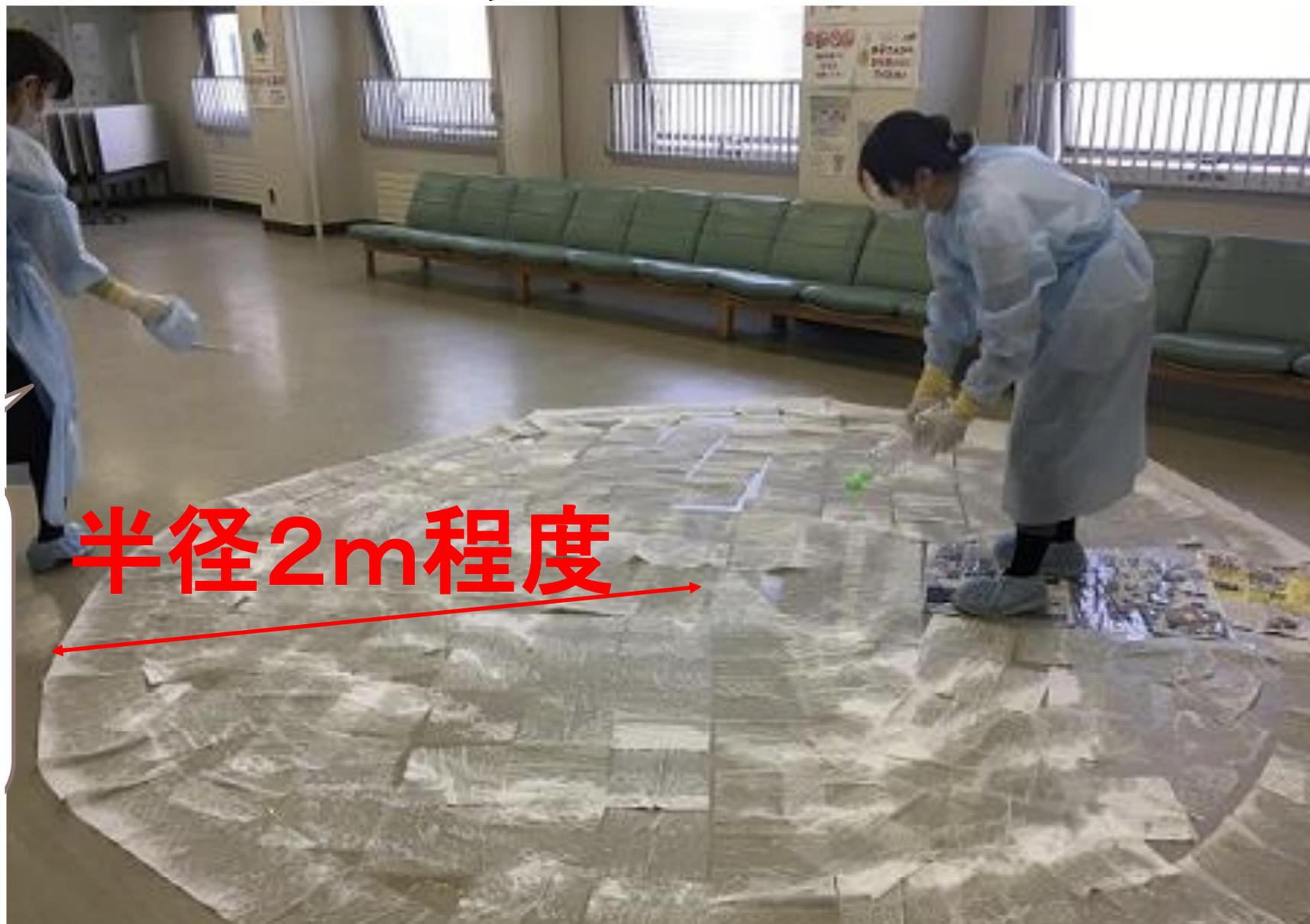
④密閉する  
袋二重にすると◎



# ⑤処理後は 手洗いをしっかり行う



# 床に吐いてしまうと・・・



半径2m程度

1mの高さから嘔吐すると・・・  
半径2mの範囲に飛び散る

➡ 処理が大変!!



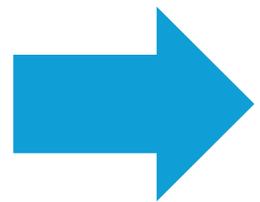
床に吐かせない  
対応が重要!

# (7)吐物や便が付着した リネン類の消毒

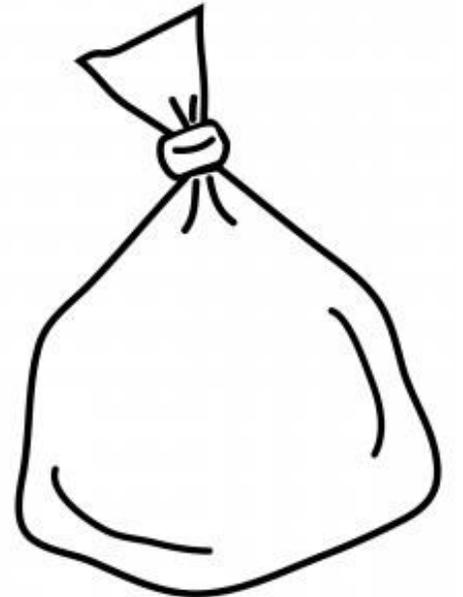


- ①吐物や便を  
ペーパータオルで除き  
ペーパータオルは  
ビニール袋に入れる

②ビニール袋  
に0.1%次亜塩素酸  
ナトリウムを入れる

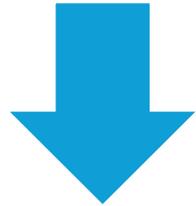


③密閉する  
袋二重にすると◎



## ④衣類の消毒

しっかりすすいだら



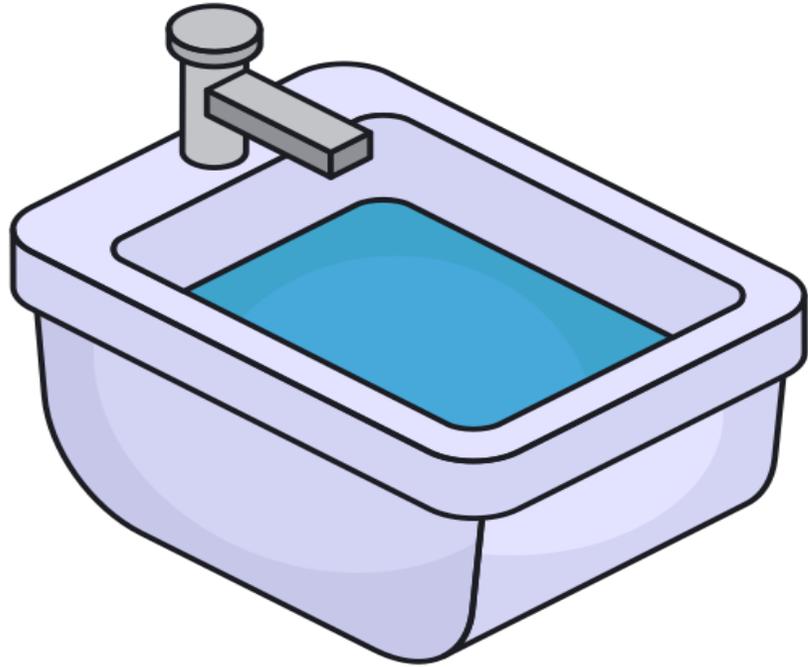
85°C 1分以上の加熱

又は

次亜塩素酸ナトリウムによる消毒

(0.02%、30分以上)

～加熱消毒～



洗面台や洗面器を活用

# ～次亜塩素酸ナトリウム による消毒～



高濃度の次亜は  
色が抜ける  
可能性あり

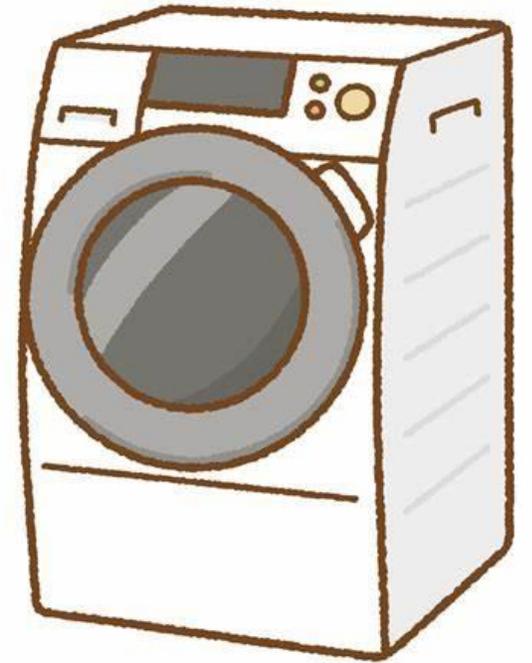
- 0.02%の  
次亜塩素酸ナトリウムで
- 30分以上漬ける

※酸素系漂白剤は効果なし  
(ワイドハイターなど)



## ⑤洗濯

- 他のものと分けて洗濯
- 高温の乾燥機などの使用も効果あり



## (8) 処理のポイント

便や吐物が乾燥すると  
空気中にウイルスが浮遊



➡ 空気感染のリスク↑

**迅速に、適切な処理を!!**

# まとめ

ウイルスの特徴を知ることによって...

- 感染予防対策
- 体調観察のポイント
- 発症後の対応

理解  
できる！

対策をしっかりと実践！

家庭内の感染予防  
院内の感染予防

に繋がります！

ご清聴ありがとうございました

