

# がんぎネットだより

発行日 令和2年7月1日(水)

発行 No No.10

編集

上越地域在宅医療推進センター

移動制限が解除になり1週間が経過しました。全国の新型コロナウイルスの感染者もゼロにはなっていません。秋から冬にかけて第2波が襲ってくるのではないかと専門家の方々が話しています。私たちは今も三密を避け、気を使いながらの日常を過ごしています。

この季節、新型コロナウイルスだけでなく、ノロウイルスや食中毒・胃腸炎などの感染症についても注意する必要があります。

そこで今年度より県立中央病院の感染制御実践看護師として勤務されている小出早苗さんから、感染症予防について在宅療養における介護・看護の注意点をまとめて頂きました。

今のうちに、接触感染予防策の基本を身につけておきましょう。

地域で活動されている専門職の皆さん、「がんぎネットだより」を読んで、「相談したい」「話を聞いてみたい」けどどうしたらいいの?・・・と思われた方は、当センターへご一報ください。

## 上越地域で活動している専門職をシリーズでご紹介しています。

### \*\*\*\*\* 第4回目は感染制御実践看護師 \*\*\*\*\*

#### 在宅療養における介護・看護の注意点について ～感染予防の視点から～

感染は手やものを経路として伝わります。介護の前後、トイレの後、食事の前後、帰宅時、傷口・血液に触れた後はうがい・手洗い・手指消毒を行い、感染経路を遮断しましょう。

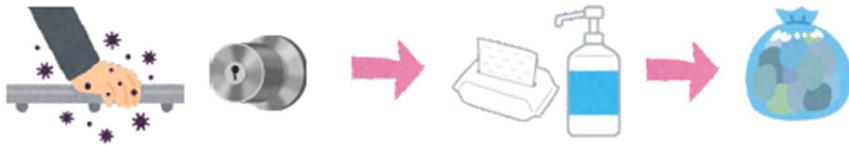
#### ☆在宅において注意する点の具体例を紹介します。

- ①症状のある方はできる限り家族との接触を避け、食事や寝室、療養する部屋をわける。
- ②看病が必要な場合は、看病する人を限定する(1人が望ましい)。ただし、可能な限り高齢者、持病のある方、妊娠中の女性には看病させないようにする。
- ③症状のある方とタオルを共有せず、別のものを使用する。
- ④症状のある方の入浴は最後にする。
- ⑤療養する部屋から症状のある方が出るときは、マスクをつけ、部屋を出る直前に15秒以上のアルコール手指消毒をする。(石鹸と水道水の手洗いでも可。)
- ⑥症状のある方が触った個所(ドアノブや手すりなど)を、消毒用エタノールを浸した紙で拭き取り消毒し、拭き取った紙は再利用せずすぐにごみ箱に捨てる。



消毒用エタノール以外にも次亜塩素酸ナトリウム（家庭用塩素系漂白剤…ハイターやブリーチなど）でも可。

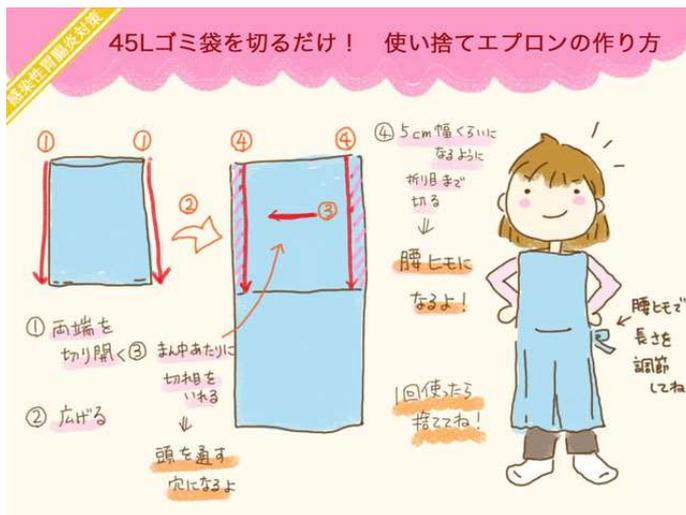
\* 家庭用塩素系漂白剤は、主成分が次亜塩素酸ナトリウムであることを確認し、濃度が0.05%（製品の濃度が6%の場合、水3リットルに液を25ml）になるように調整してください。



⑦定期的に部屋の窓を開けて換気する。

（目安：1～2時間ごとに1回。5～10分程度）

⑧症状のある方が使用した衣類やシーツを洗濯する際は、手袋とマスクをつけて洗濯物を扱い、洗濯後には十分に乾燥させる。



☆症状のある方のお世話をするときはマスク、手袋、エプロンを使用してください。

45L ゴミ袋で簡単にエプロンが作れる方法を紹介いたします。

投稿者：新潟県立中央病院

感染制御実践看護師 小出早苗

目に見えない菌を相手に対応していくにはかなりのストレスとお金がかかります。新型コロナウイルスに関して世界中の専門家の方々が研究し発表しています。明日にはまた違うことが分かるかもしれません。アンテナを高くしてみんなで乗り越えて行きましょう。



問い合わせ先：上越地域在宅医療推進センター

毎週 月～金 9：00～16：00（祝日・年末年始を除く）

TEL:025-520-7500 FAX:025-520-8686

E-mail：aizawa@ganginet.jp