

感染を予防するには

手洗い

□感染予防の基本は手洗いです。

手洗いではウイルスの感染力を失わせることはできませんが、手の脂肪等の汚れを落とすことにより、ウイルスを手指から剥がれやすくします。その為、30秒位かけてしっかり洗う必要があります。

手洗いの注意点

- 爪を短く切り、指輪や時計は外します。
- 石鹸はウイルスが付着しないように、固形石鹸は避け、泡か液体石鹸にしましょう。
- 流水で十分にすすぎます。



- タオル（個人用タオル、ペーパータオル、エアタオルが望ましい）で拭きます。共用タオルは感染拡大の要因となります。

特に念入りな手洗いが必要な時

- 調理の前
- 食事の前
- 排泄の後
- オムツ交換や排泄介助の後
- 下痢や嘔吐のある方の介助をした後
- 食事介助や配膳の前（給食当番も）

・・・等

感染者の吐物や下痢の対処法

□消毒方法は2つあります。

①次亜塩素酸ナトリウム希釈液（市販の漂白剤は濃度5～6%）での消毒

- 消毒する場所に依りて希釈液を作り、浸して拭き取ります（詳細は「吐物処理方法」を参照）。
- 希釈液の保存について：キャップが緩んでいたり、陽の当たる所では殺菌力が落ちるので、冷暗所で保存し、可能であれば早めに使い切るようにしましょう。

濃度*	方法	消毒場所
0.1% (1000ppm)	500mlの水に家庭用塩素系漂白剤（濃度5%）10ml（ペットボトルのキャップ2杯分）	トイレ、手洗い場の消毒 汚染した床、処理に使用した物品
0.02% (200ppm)	500mlの水に家庭用塩素系漂白剤（濃度5%）2ml（ペットボトルのキャップ1/2杯分）	日常的な消毒

②熱湯消毒（85℃の熱湯に1分以上浸ける）

- 汚染されたリネン類は汚物をできるだけ取り除いた後、熱湯消毒か、0.1%次亜塩素酸ナトリウムに10分浸けた後、洗濯しましょう。
- 布団は汚物を除去後、熱水洗濯機（85℃1分以上）で洗うか、熱湯消毒をします。熱水消毒できない場合は、0.1%次亜塩素酸ナトリウムに10分浸けた後、洗濯します。
業者に依頼する場合は、事前に受け入れの確認をしましょう。

消毒には適さない方法

- アルコール：ウイルスは死滅しません。腸管出血性大腸菌や結核菌には有効です。
- 次亜塩素酸ナトリウム+希塩酸：
塩素臭がせず色落ちしにくいですが、不純物があると殺菌力が落ちるので、汚染された部位の消毒には不向きです。

□消毒セットを準備しましょう。

嘔吐や下痢のあった時に、素早く対応することができます。

使い捨て手袋（2セット）、マスク、予防衣、バケツ、500ml ペットボトル、水、ビニール袋2枚、ペーパータオル、新聞紙、次亜塩素酸ナトリウム（家庭用塩素系漂白剤）等

□次亜塩素酸ナトリウム希釈液での消毒手順

★吐物処理方法

<http://www.shiribeshi.pref.hokkaido.lg.jp/hk/hgc/grp/noro6.pdf>

処理時の注意点

- 可能であれば応援を呼び、処理をする者、周囲の人を遠ざける者と分担する。
- 汚染区域を設定し、立ち入り制限する。
（高さ50cmから落下すると3m位飛散するので広めに消毒）
- スプレー噴霧はムラが生じやすく、スプレーの勢いでウイルスが舞い上がり、空気中に浮遊する為、使用しない。
- 汚染部位は次亜塩素酸ナトリウム0.1%液に約10分間浸す。
- 処理後は十分な換気をする。
- 処理した者は、手洗いをする。また潜伏期間を考慮し、48時間以内の体調確認を行う。
- 処理に使用したモップや雑巾を再利用する場合は、十分に消毒する（次亜塩素酸ナトリウム0.1%液に10分以上浸ける）。モップは掃除用と処理用を分ける。

□消毒する場所・消毒頻度

手で頻回に触る所を念入りに消毒しましょう。

	消毒する場所	消毒頻度
共通	トイレ（利用者、職員、厨房）、トイレタンクレバー、トイレ用スリッパ（履き替え用スリッパが無い場合は、履き物の裏）、手洗い場、蛇口、ドアノブ、床、テーブル、掃除用具（清掃会社が使用する用具も含めて）等	
入所施設	手すり、車椅子、歩行器、トイレや浴室のカーテン、エレベーターのボタン、食卓テーブル、床頭台、胃瘻器具、ユニットを超えて出入りする台車の車輪	使用前後
保育所	おもちゃ、オムツ交換台やシート、テーブル	1日3～4回 （時間排泄後、給食前後）
学校	配膳台、机、椅子、手すり	1日3～4回 （休み時間後、給食前後）

□消毒期間

ウイルス排泄期間（1週間～1か月）を考慮し、症状消失後も最後の発症者から約1か月間

〈例〉この場合、最後の発症者が15日なので、この日から約1か月間、消毒を続けます。

	○月10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日
発症数	1名	1名	0名	0名	0名	1名	0名

食中毒予防

□調理の注意点

- カキ等の2枚貝は十分に加熱（85度～90度で90秒以上）して食べましょう。
- 生食用カキであっても、ウイルスが存在している事がありますので、加熱をお勧めします。

□調理業務

- 胃腸炎症状（下痢、嘔吐）のある方は食品を取り扱う作業をしないようにしましょう。
例：食事介助、調理、盛りつけ、配膳下膳、給食当番
- 食品を取り扱う時は念入りに手洗いをし、マスク、使い捨て手袋を使用しましょう。
- まな板、包丁等の調理用具はこまめに洗浄し、消毒しましょう（次亜塩素酸ナトリウム 0.02%液に浸すか、85～90度で90秒以上の熱消毒）。また、配膳台や食卓テーブルは次亜塩素酸ナトリウム 0.02%液で拭いてから、ケースや食器を置きましょう。
- 症状が回復しても、長い時には1カ月程度ウイルスの排泄が続くことがあるので、回復後、しばらくの間は直接食品を取り扱う作業をしないようにすべきです。

□汚染した食器の取り扱い

- 食事中に嘔吐した場合は、厨房に汚染した食器を持ち込まないよう、食器を次亜塩素酸ナトリウム 0.1%液で消毒してから洗浄しましょう。