

正しい手指消毒

手洗いの基本とタイミング

- 手洗いの方法

通常は、「エタノール含有消毒薬による手指消毒」を行います。

目に見える汚れがついている場合は、「液体石けんと流水による手洗い」を行います。

- 手洗いのタイミング：

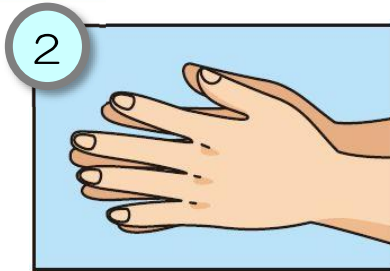
入所者に触れる前後、ケアの前後、入所者の周囲の環境や物品に触れた後 等

エタノール含有消毒薬による手指消毒



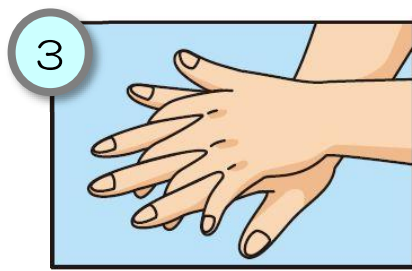
十分な量を
手の平に取ります

Get an appropriate amount
of product in a cupped
hand



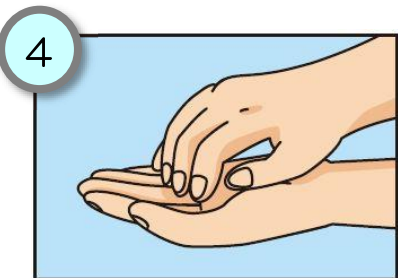
手のひらを
こすりあわせます

Rub hands palm to palm



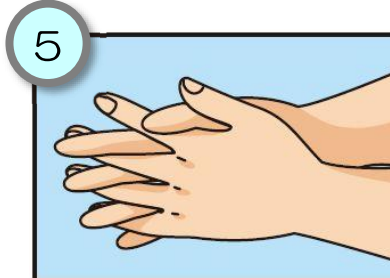
手の甲を合わせて
すりこみます

Palm to palm with
fingers interlaced



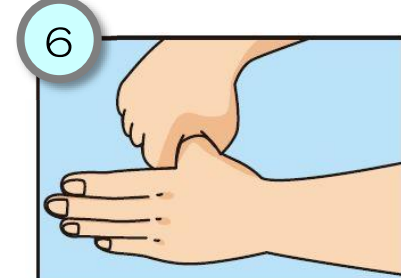
指先・爪の間に
すりこみます

Rub your palms and
fingertips and under nails



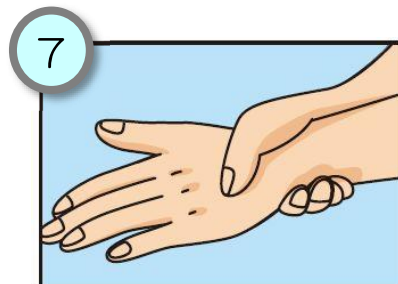
指の間にすりこみます

Rub in between
the fingers



親指をねじり合わせて
すりこみます

Rub each thumb clasped
in opposite hand using a
rotational movement



手首にすりこみます

Rub each wrist with opposite
hand



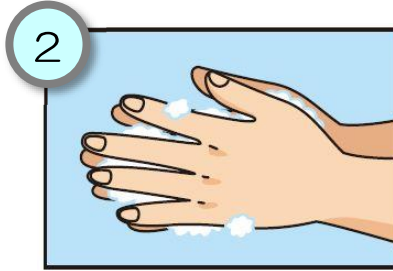
十分に乾燥した
ことを確認します

正しい手洗い

液体石けんと流水による手洗い



初めに、水で手を濡らし、
石けんを手に取ります
First, wet your hands with
water and apply enough soap



石けんをよく泡立てなが
ら、手のひらを洗います
Wash your palms while
whipping soap well



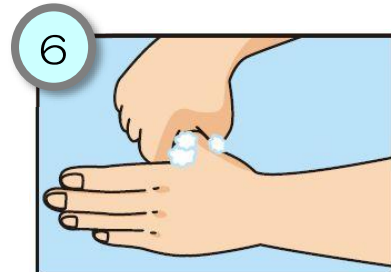
手の甲を伸ばすように
洗います
Wash it to extend the
back of your hand



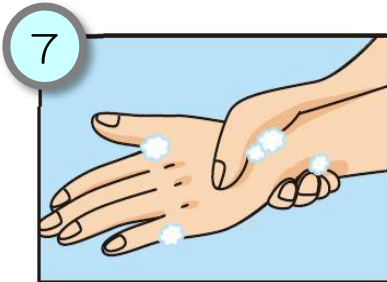
指先・爪の間を
念入りに洗います
Wash your fingertips and
under nails carefully



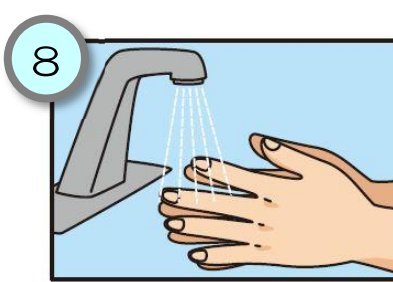
指の間を洗います
Wash in between
the fingers



親指をねじりながら
洗います
Wash while twisting
your thumb



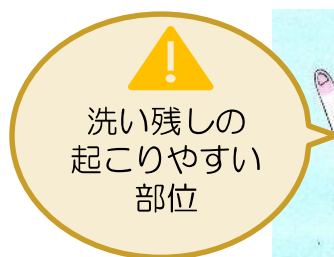
手首を洗います
Wash your wrists



流水で石けんと
汚れを洗い流します
Rinse off soap and dirt
under running water



ペーパータオルでしっかり
と、水分を拭き取ります
Dry hands using a paper-
towel



出典：辻 明良「微生物学・感染制御学」
メヂカルフレンド社