

手洗い

日常的手洗の手順

演習 練習

使用物品:			
石鹼, ペーパータオル, 足踏み汚物入れ			

準備	爪を切る 指輪, 時計をはずす 肘までの前腕を出す	細菌が残るリスクを軽減 ・手の細菌のほとんどは爪の下に存在 ・装飾品に細菌が付着し, また手洗後も残りやすい ・広い範囲を洗う(前腕1/2まで)		

日常的手洗い	流水(微温湯)による手洗い	微温湯のほうが界面活性剤の効果を高める 微温等の方が皮膚表面の汚れが落ちやすい 皮膚表面の汚れを落とすことで手洗効果を高める		
	石鹼による手洗い 圧力をかけて30~60秒 石鹼を手~前腕全体につける 手掌→指の間→爪→拇指→手首~前腕 指の洗浄は, 他方の手掌で握りこんで 流水で石鹼を流す 指先を上に向け, 指先から手首の順に流す 手を肘から高い位置に保持したまま, ペーパータオル2枚以上を使って, 手先から順にふき取る	界面活性剤の効果を高めるため, 十分に泡立てる 蛇口の操作は, 直に手で触れて行わない ゴミ箱などには触れない ペーパータオルは1枚では細菌が残存する		

ラビング法による衛生学的手洗い

使用物品			
速乾性, 擦り込み式消毒剤			
準備			
日常的手洗いに同じ			

実施	消毒薬を片方の手にらに適量取る 指先から手首に向かって, 手洗いと同じ要領で刷り込む			

確認者サイン