


医療者・介護者のための  
新型コロナウイルス感染対策

和歌山市保健所  
2021年5月



# 1. はじめに

全国的に新型コロナウイルス感染症の蔓延が懸念されている状況の中、医療や介護施設等の職員は、自身が感染するおそれや、自身が媒介となり利用者や家族、同僚が感染するおそれを常に意識しながら業務を行っています。

医療機関や介護施設等が提供する医療、各種サービスは、患者や利用者の方々やその家族の生活を継続する上で欠かせないものであり、十分な感染防止対策を前提として、利用者に対して必要な各種サービスが継続的に提供されることが重要です。

新型コロナウイルス感染症を正しく理解し、適切に行動するためには、施設全体で感染予防対策を徹底することに加え、職員の方においては、目に見えないウイルスの感染を個人においても予防することが重要なのです。感染対策を徹底することにより、職員、患者間やサービス利用者間の感染を防ぐことができます。

このマニュアルは、今まで経験した和歌山市における新型コロナウイルス感染症の疫学調査をもとに、日常のケアを行う上での必要な具体的なシーン別の感染予防策を提示しました。医療や介護の現場では、そこで働く職員一人ひとりが接触感染および飛沫感染対策を適切に行い、安全に安心して働くために、必要な手技別の感染対策知識の習得のための手引きとして、ご活用ください。

## 2. 感染症とは…

### 新型コロナウイルス感染症はどうやってうつるの？

#### 1. 感染経路:ほとんどが、飛沫感染、接触感染

##### ●飛沫感染

咳・くしゃみ・会話で飛び散ったしぶき（飛沫）を吸い込むことでうつります。



##### ●接触感染

ウイルスのついた手すりやドアノブ、蛇口などを手でさわり、そのウイルスの付いた手で口や鼻などをさわることでうつります。



#### 2. 潜伏期間:1～14日間

接触から5日程度で発症することが多い。

#### 3. 感染する可能性のある期間

発症2日前から発症後7～10日前後

発症前の、症状がない時期でも、  
人にうつる可能性があります！！

### 3. 感染予防策の基本

#### 1. 手指衛生(手洗いまたは手指消毒)

- ①部屋に入る前、出る前には手指衛生を行う。
- ②一手技、一手洗い(手指衛生)
  - ・患者や利用者と接する前に必ず手指衛生を行う。
  - ・処置やケアなどが終わった後は手指衛生を行う。
  - ・処置やケア中に、自分の顔や髪をさわらない。さわった場合は、手指衛生を行う。

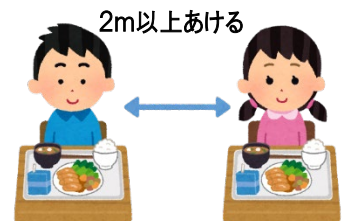
石鹸をよく泡立てて、爪、指の間、親指、手首をしっかりとみ洗い！



消毒液ボトルのワンプッシュは2～3ml。  
ポンプを下までしっかり押し効果が発揮できる量を使用しましょう。

#### 2. マスクを外しているときの会話は控える

マスクをはずして食事や水分補給、喫煙をする場合、十分な距離をとり、会話は控えましょう。



#### 3. マスクは正しく着用する

- ①鼻と口をしっかりと覆って着用する。ノーズピースを鼻に押し付けて密着させる。両頬・顎にマスクがしっかりと密着しているかチェックする。
- ②マスクにはウイルスがついている可能性があるため、マスクの外側や内側に触れないように注意し、マスクのゴムをもって着け外しましょう。
- ③マスクは1日ごとに交換しましょう。



#### 4. 環境衛生

- ①医療者、介護者、患者、利用者がさわった場所はアルコールなどで拭く。
- ②唾液が飛沫するような場所もアルコールなどで拭く。  
(吸引が必要な患者のベッド柵、洗面台、テーブルなど)
- ③複数の窓等を開けて定期的に換気を行う。  
(30分毎に5分の換気が目安)



## 4. 人から人へ、どのように感染していくの？

〇月 1 日

ヘルパーA 子さんは久しぶりに友人と会食しました。

A 子さんと友人はいつもマスクを着用しています。

友人は何も症状がありませんが、実はコロナウイルスに感染していました。



食事中にマスクをはずし、会話を楽しみながら食事をしました。

食事中は部屋の換気は行っていません。



● ● ウイルス



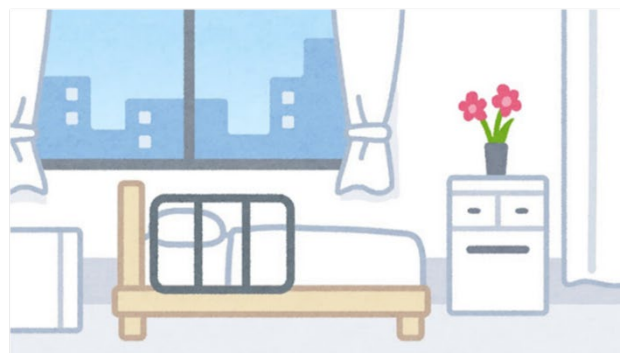
そのため、友人のコロナウイルスが A 子さんに感染しました。  
A 子さんはコロナウイルスに感染したことに気づいていません。

**〇月 3 日**

A 子さんは仕事で利用者さんのお世話と部屋の掃除をしました。  
部屋に入る前に手指衛生はおこなっていません。  
掃除前後に部屋の換気は行っていません。



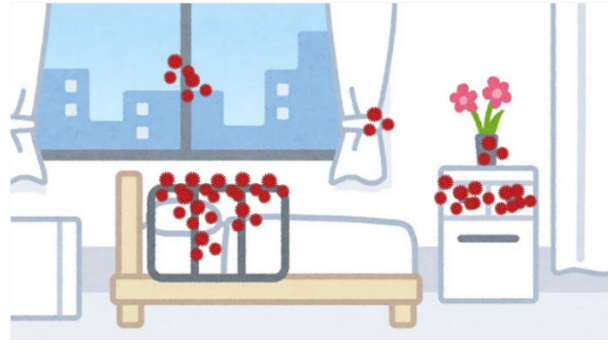
ヘルパーA 子さん



お世話と掃除が終わりました。A 子さんがさわった部分にウイルスがついています。



ヘルパーA 子さん



部屋をでる前後に、A 子さんは手指衛生を行っていません。

その後も、A 子さんは他の利用者さんのお世話で忙しくしています。  
A 子さんは利用者さんに接する前に手指消毒はおこなっていません。



ヘルパーA 子さん



ヘルパーA 子さん



〇月5日

A子さんは発熱しました。



ヘルパーA子さん

かわりにB男さんがケアを担当します。



ヘルパーB男さん



ヘルパーB男さん

〇月8日

A子さんが担当していた利用者さんが発熱しました。

〇月10日

B男さんも発熱しました。



ヘルパーB男さん

もし、それぞれのケアの前にA子さんが手指消毒をしていたら…。  
もし、部屋の換気を適切に行っていたら…。

## 感染症は「あなたの手」によって伝播するのです。

### ⚠ 距離が近いと感染率があがります ⚠

和歌山市の疫学調査では、患者、サービス利用者で

- 移動に介助が必要な方
- 耳が聞こえにくい方

の感染率が高いことがわかっています。

例えマスクを着用していたとしても、患者、サービス利用者との距離が近ければ感染しやすくなります。

移動時の介助が必要であっても、長時間の接触は控え、会話を控えることが大切です。また、耳が聞こえにくい方に対しては、小さなホワイトボードなどを利用して意思疎通をはかりましょう。



接する時間をできるだけ短くし、  
会話は控えましょう。



耳が聞こえにくい方には、筆談  
などで工夫しましょう。



## 5. 各ケアをする際の対策ポイント

- ◆すべてのケアの前後にはかならず手指衛生（手洗いまたは手指消毒）を行いましょよう。
- ◆一人のケアを終えたあとは、必ず手指衛生を行いましょよう。  
手指衛生を行わずに、そのまま次の人のケアをしないように注意しましょよう。

### 口腔吸引、気管吸引、口腔ケア(飛沫感染)



口腔、気管からの分泌物は感染源になります。  
飛沫が飛びやすい上半身を防護しましょよう。  
ガウン等を着用する前は必ず手指衛生を行いましょよう。  
ガウン等を脱ぐ場合も手指衛生を行いましょよう。

#### 【防護物品】

- ・サージカルマスク
- ・フェイスシールド
- ・ガウン
- ・手袋
- ・(帽子)

### 歯磨きのみまもり



口腔内の唾液、うがいした後の水にはウイルスが含まれています。  
患者、利用者のななめ後ろに立ち、見守りましょよう。  
洗面台は一人が使用することにより、清掃しましょよう。

#### 【防護物品】

- ・サージカルマスク
- ・手袋（洗面台の清掃時）

## 食事介助



マスクを着用し、なるべく会話を控えましょう。  
むせやすい方の場合、あらかじめタオルを準備し、むせた場合にそっと口を覆いましょう。

### 【防護物品】

- ・サージカルマスク
- ・（むせたときに使用するタオル）

## 排泄介助(トイレでの介助・オムツ交換)



排泄物に直接触れなくても、必ず手袋を装着しましょう。  
便などで汚染した手袋はいったん破棄し、新しい手袋で  
きれいなオムツを装着してください。

患者、サービス利用者の方にもできるだけマスクを着用し  
てもらいましょう。

### 【防護物品】

- ・サージカルマスク
- ・ガウン
- ・手袋

## 入浴介助



入浴介助時はサージカルマスクの着用が  
望ましいですが、湯気などで呼吸がしにく  
くなる場合などは、フェイスシールドを着  
用しましょう。

正常でない皮膚から浸出液が出ている場  
合などはエプロンを着用しましょう。

### 【防護物品】

- ・サージカルマスク、フェイスシールド
- ・（エプロン）

## 6. おわりに

医療者・介護者の皆様におかれましては、日々の業務において、患者・利用者と密に接触する機会が多く、お互い媒介者となるおそれが高いことから、日頃からの健康管理が重要です。

### 利用者の健康管理

- ・定期的なバイタルチェック
- ・表情や対応時の反応の観察
- ・身体の様子を観察

普段と変わらないか。

### 医療者・介護者(あなた自身)の健康管理

仕事の時だけでなく、普段からの

- ・咳エチケット、手洗い、消毒等の感染対策の徹底
- ・出勤前の体温測定
  - ⇒発熱時、その他「いつもと違うな。」と思うときは出勤を控える。
  - ⇒症状があるときは、すぐに管理者へ相談。医療機関受診、休暇の取得。
- ・職場外での「3密」回避の徹底

### 医療・介護の現場での環境整備

- ・職場での「3密」回避の徹底
- ・有症状時に管理者に相談しやすい職場づくり、休暇取得調整
- ・手指衛生がすぐにできる消耗品の設置  
(手洗い設備、石鹸、アルコール消毒液など)
- ・定期的な換気の徹底

### 発生時の対応

感染そのものをなくしたり、ゼロにすることは難しいですが、感染拡大を防止するためには早期発見や早期対応が何よりも大切です。

- ・利用者やあなた自身の感染が分かった場合は、速やかに管理者に報告しましょう。
- ・管理者は、事業所内で速やかに情報共有するとともに、保健所に連絡し、感染拡大防止のための体制を整えましょう。