新型コロナウイルス感染対策 事業者として・従業員として

川崎医科大学附属病院 感染管理室 専従看護師 平田 早苗





本日の内容

- ・新型コロナウイルスの基礎知識
 - 感染経路
 - 潜伏期間と感染力のある期間
 - 症状と重症化リスク
- ・新型コロナウイルスの感染対策
 - 換気について
 - 飛沫感染対策と接触感染対策
 - 体調管理 行動管理

感染経路

- ・主に「飛沫感染」と「接触感染」
- 飛沫感染:

感染者のくしゃみ、咳、つばなど(飛沫)と一緒にウイルスが放出され、他の人がそのウイルスを口や鼻などから吸い込んで感染する

•接触感染:

感染者がウイルスのついた手で触ったものに他の人が触ると、そこに残っていたウイルスが手に付着しその手で口や鼻、目を触ると粘膜から感染する

感染経路

会話や咳により、 ウイルスを含む 飛沫や粒子を 吸い込む

#接待を伴う飲食店 #宴会 #飲み会 #大声 #歌 #劇場 #更衣室 #会議室





ウイルスが 手指を通じて 鼻や口から入る

ドアノブ # タッチパネル





潜伏期間と感染力のある期間

- 潜伏期間
 - 1~14日間程度
 - 感染してから症状を発症するまでの 平均期間は5~6日ほど
- ・感染力のある期間
 - ・発症する2日前から発症後7~10日間程度
 - 無症状の方からも感染する可能性
 - 発症の直前・直後で特にウイルス排出量が多い

症状と重症化リスク

- •よくある症状:発熱・空咳・倦怠感
- ・時折みられる症状:筋肉痛・喉の痛み・下痢・ 結膜炎・頭痛・味覚または嗅覚の消失・ 皮膚の発疹または手足の指の変色
- ・重篤な症状:呼吸が苦しいまたは息切れ・ 胸の痛みまたは圧迫感・言語障害または 運動機能の喪失
- 高齢者と持病のある方は重症化しやすい
 - ・65歳以上の高齢者・慢性閉塞性肺疾患・慢性腎臓病
 - ・糖尿病 ・高血圧 ・心血管疾患 ・肥満 (BMI30以上)



COVID-19 CORONA VIRUS



基本の感染対策

- 3密(密接・密集・密閉)を避ける
 - 換気を行う
- 飛沫防止と粘膜の保護
 - ユニバーサルマスキング
 - アイガード・フェイスシールド・パーテーション の使用など
- ウイルスの除去
 - 手指衛生(手指消毒や手洗い)
 - 環境の清掃 よく手で触るところ ホコリの溜まりやすいところ

換気の必要性

換気の悪い密閉空間での 集団感染事例の報告あり

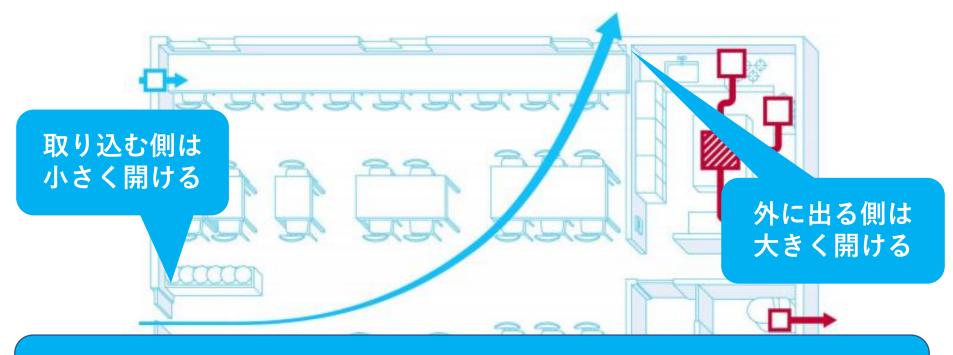


- 施設敷設の空調による換気
- 開窓による換気

換気の工夫

- 設置している換気設備を確認する
 - 排気口と給気口の位置
 - 換気システムと作動状況
 - 換気口やフィルターの汚れ
- 窓や入口ドアを開けて空気の通り道をつくる
 - ・窓を開けた換気の目安:1時間に10分程度
 - ・30分に5分の換気を2回のほうが換気効果は大きい
 - 2か所の窓を開け空気の通り道をつくる
 - 空気を取り込む窓を小さく、排出する窓を大きく 開ける

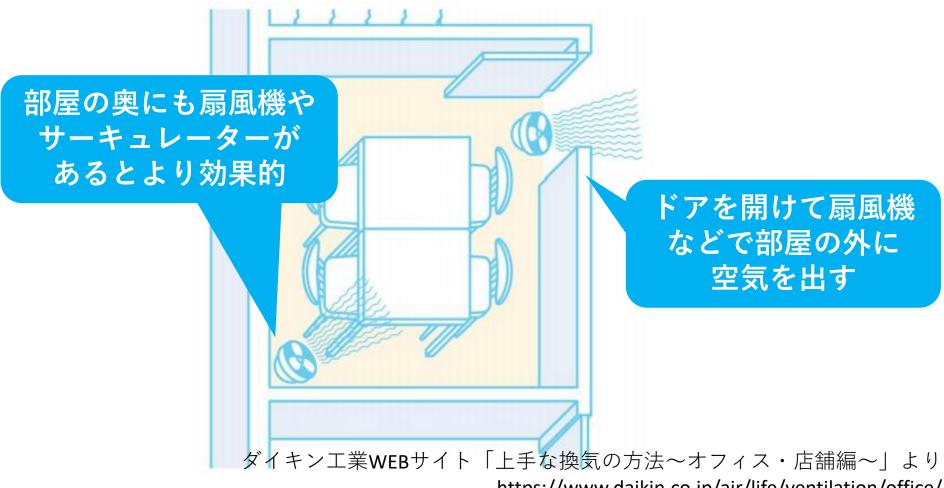
対角線上にある窓を開けると効率的



空気の入口を小さく、出口を大きく開けることで、部屋の 空気が 攪拌され、室内のより広い範囲を換気 することができる

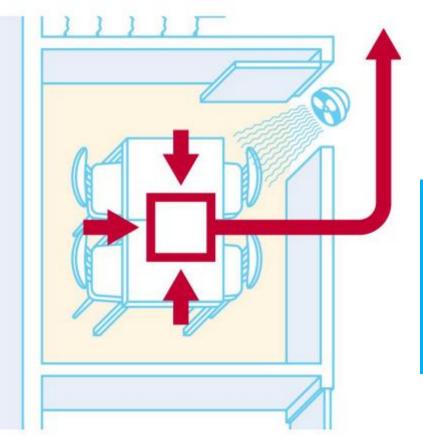
ダイキン工業WEBサイト「上手な換気の方法~オフィス・店舗編~」より https://www.daikin.co.jp/air/life/ventilation/office/

窓がないときの換気の工夫



https://www.daikin.co.jp/air/life/ventilation/office/

窓がないときの換気の工夫



換気口(排気)が部屋の中に ある場合は、ドアを開けて 扇風機などで部屋の中に 風を送り込む

ダイキン工業WEBサイト「上手な換気の方法~オフィス・店舗編~」より https://www.daikin.co.jp/air/life/ventilation/office/

換気のルールを決める

- 備え付けの換気設備を点検する スイッチが入っているか フィルターに汚れはないか
- 「窓開け換気」が可能な場合、部署で換気ルールをつくり実践する

人が集まる場所は1時間ごとに10分ドアを開ける 会議終了後はドアを開けたままにする

◆ 1人しかいない空間ではそれほど換気に気を使う 必要はない

飛沫感染対策(粘膜への曝露を防ぐ)

マスクの使用:ユニバーサルマスキング 鼻・口の粘膜からのウイルスの侵入を防ぐ



目の保護:フェイスシールド、アイガードなど マスクを使用できない人に対応する場合、 目の粘膜からのウイルスの侵入を防ぐ

マスクの使用

・ユニバーサルマスキング

症状の有無にかかわらず屋内や人との距離が保てない環境では**全ての人がマスクを着用**する 咳エチケットは咳やくしゃみのある人がマスクを着用

- ・感染者は症状発症前からウイルスを排出している
- マスク着用により他人に感染させるリスクを1/4に できる

正しくマスクを使用する

- マスクは鼻から顎まで しっかり覆うように 装着する
- 一旦装着したら、 むやみに触らない
- マスクを触る前と後に 手をきれいにする

装着方法





ノーズクリップを上にして、 マスクを顔に当ててください。



左右のゴムを左右の耳にかけ、 マスクを固定してください。





マスクを上下に引っ張り、 鼻と顎を覆ってください。



ノーズクリップを鼻に合わせて 曲げ、顔に密着させてください。

マスクが使用できないとき

マスクが使用できない人

- 乳児 幼児
- 呼吸器疾患のある人
- ・認知症などにより、必要性が理解できない場合



- ◆ 無理に着用させない: マスクを着用させようとする行為が感染リスクになる
- ◆ 対応する人が防護策をとる: マスクの着用と目の保護で粘膜への曝露を防ぐ

マスクが使用できないとき

マスクが使用できない場面:飲食中

- マスクを外しているときは会話を避ける 食後にマスクを着けておしゃべり(声は小さめで)
- 座席の距離をとる
- 対面しない
- パーテーションなども活用



接触感染対策(触れる手と環境の対策)

- 手指衛生
 - 適切な場面、適切な方法で行う
- ・環境の清掃・消毒
 - よく触るところを念入りに

手指衛生は全ての感染対策の基本





手指衛生をおこなう場面

- 食事の前
- トイレのあと
- 職場に着いたとき
- 共用物を触る前、触った後
- 家に帰ったとき
- マスクをつける前、マスクに触った後
- 顔を触る前、触った後
- 咳やくしゃみ、鼻をかんだ後 などなど



手指衛生の方法

•流水と石けんによる手洗い

物理的に汚れや細菌・ウイルスを除去する 水にぬらしただけでは除菌はできない

•手指消毒

アルコールなどの消毒薬による除菌 消毒効果は高いが「汚れ」は落ちない

流水と石けんによる手洗い



①手指を流水で、しっかりと濡らす。



②石けん液を、適量取り出す。



③手の平同士を擦り、石けんをよく 泡立てる。



④手の甲を、もう片 方の手の平で擦る (両手)。



⑤指を組んで、指の 間を擦る(両手)。



⑥親指をもう片方の 手で包み、擦る(両 手)。



⑦指先でもう片方の 手の平を、擦る (両手)。



⑧手首もしっかりと 擦る(両手)。



⑨流水でよく洗い流 ⑩ペーパーで水分を す。 しっかりと拭き取



⑩ペーパーで水分を しっかりと拭き取 る(押し拭きをす る)。



⑪自動水栓ではない 場合は、ペーパー を介して、流水を 止める。

©INFECTION CONTROL

手指消毒



①消毒薬をノズルの 回使用量を手の平 に取る。



②指先・爪先に消毒 一番下までしっか 薬を浸しながら擦 り押し、適正な1 り込む(両手)。



③手の平によく擦り 込む。



④手の甲に擦り込む (両手)。



み替えて、もう片 む(両手)。 方の親指と小指の 外側にも擦り込む。



⑤指を組んで、指の ⑥親指をもう片方の 間に擦り込む。組手で包み、擦り込



⑦手首にも擦り込む (両手)。



⑧乾燥するまでしっ かりと擦り込む。

手袋の使用について

- ・つけっぱなしの手袋は感染拡大のリスク
 - 同じ手袋でお金や商品などを触れ続け、 感染源に触れた場合、感染を広げている
 - 手袋をしている安心感から手洗いや手指消毒が おろそかになる
- ・手袋の上からのアルコール消毒のリスク
 - アルコールの効果が素手より低い
 - アルコールで手袋に目に見えない穴が開く
- 手袋を脱ぐ時の感染のリスク
 - -手袋の外側にウイルスや細菌が付いていると、 外すときに手に付着するおそれがある

環境の消毒

- 塩素系漂白剤の次亜塩素酸ナトリウムの濃度が 0.05%になるように薄めて拭き、その後水拭きする 金属腐食に注意
- 市販の家庭用洗剤の主成分である「界面活性剤」 も有効
- 濃度70%以上95%以下のエタノール プラスチック、樹脂への使用に注意 60%台のエタノールによる消毒でも一定の有効性 があり、70%以上のエタノールが入手困難な場合 60%台のエタノール使用でも差し支えない

よく触れるところ:高頻度接触面



ドアの取っ手



手すり



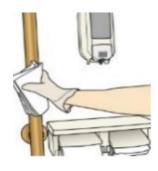
スイッチ



蛇口



ハンドル



トイレの手すり

高齢者介護施設における感染対策第1版 日本環境感染学会

環境の消毒







- ・高頻度接触面を消毒
- 噴霧するだけでなく、拭きあげることが大切

体調管理・行動管理

- 十分な睡眠、栄養、適度な運動など自己の体調 管理を行う
- 自分の行動を記録に残す

(いつ、どこで誰と何をしたか)

- 例:休憩時間に誰と一緒だったか、どこに座って いたか、マスクを着けていたか など
- 発熱や感冒症状など体調不良があれば、職場に申し出る(いつからどんな症状があったかわかるようにしておく
- 職場でも職員の体調について記録を残し管理する

体調管理・行動管理

- 方が一、陽性者もしくは濃厚搾漁者と おったとき、行動記録がはっきいして いれば早急に対応すべき他の職員を 特定でき、感染は大を防止できる っとんな症状があったかわかる
 - 職場でも職員の体調について記録を残し管理する

感染拡大予防ガイドライン

- ・各業界団体において、感染予防対策として 実施すべき基本的事項を整理した 「感染拡大予防ガイドライン」を作成
- 内閣官房ホームページ <u>https://corona.go.jp/</u> で 最新のガイドラインを確認できる **□**器■
- ・業種ごとに策定されている 「感染拡大予防ガイドライン」により 適切な感染予防対策の徹底

新型コロナウイルス感染症対策

トップページ

最新情報

各種支援・取組み

スマー

新型コロナウイルス感染症に関する 今後の取組

詳しくはこちら >

新型コロナウイルス

接触確認アプリ(COCOA)のご案内

詳しくはこちらう

新型コロナウイルス感染症に伴う 各種支援のご案内

蝉しくはこちら >

困りごとに対する支援策が探せる

蝉しくはこちら >

業種ごとの

支援情報ナビ

感染拡大予防ガイドライン一覧

弾しくはこちら >

コロナ対応に関連した社会貢献活動への寄附をお考えの方へ

詳しくはこちら口

AI等技術を活用したシミュレーション開発

「開発テーマ」と「データ」公募について

詳しくはこちら >

感染リスクが高まる「5つの

コロナ対策サポーター

コロナ対策サポーターは、新型コロナウイルス感染症対策について、ご理解・ご協 対策の大切さを発信していただく方々です。

■「5つの場面」動画を作成していただきました







■ポスターを作成していただきました

「5つの場面」に気をつけよう

※会社・学校や人の集まる場所での掲示、凡

ALLERANCE OF CORD CANALIZATION (ATT TO

項目 劇場、観覧場、映画館、演芸場

展示会・展示場 体育館、水泳場、ボーリング場、運動施設、遊技場 博物館、美術館、図書館

自動車教習所、学習塾等

医療サービス

集会場、公会堂

医療サービス等

10. インフラ運営等 11. 飲食料品供給

12. 食堂、レストラン、喫茶店等 13. 生活必需物資供給

14. 生活必需サービス・

15. ごみ処理 16. 冠婚葬祭

17. メディア 18. 個人向けサービス

19. 金融 20. 物流、運送

21. 製造業全般 22. オフィス事務全般 23. 企業活動、治安維持

24. 行政サービス のほか、学校、社会福祉施設、社会体育施設、研究施設等については所管省庁にお

13. 生活必需物資供給② 担当省庁名 団体名

経済産業省

厚生労働省

経済産業省

農林水産省

環境省

3

大手家電流通協会

日本書店商業組合連合会 日本コンパクトディスク・ビデオレンタル 商業組合

全国商店街振興組合連合会 -般社団法人 日本補聴器販売店協会

オール日本スーパーマーケット協会

一般社団法人 日本フランチャイズチェー 小売業の店舗における新型コロナウイルス感 ン協会

-般社団法人 日本ボランタリーチェーン 協会

公益社団法人 日本アロマ環境協会

的な方針

新型コロナウイルス感染防止ガイドラインく ショップ編>

掲載ガイドライン

家電量販店における新型コロナウイルス感染

書店における新型コロナウイルス感染症感染

レンタル業界における新型コロナウイルス感染

商店街における感染症防止対策に向けた基本

補聴器販売店における新型コロナウイルス感

予防対策ガイドライン

拡大予防ガイドライン

症感染拡大予防ガイドライン

染拡大防止のためのガイドライン

染症感染拡大予防ガイドライン

その他所管省庁で策定されているガイドライン・手引き等(2020.10.23時点) 37

年末年始に向けて

帰省してくる親族などと会うとき 家の中でもマスクは着用する

会食などマスクを外すときには、**普段生活し**





新型コロナウイルスへの感染リスクの考え方

高リスク

友人・親族の家に宿泊する (帰省など) 友人宅でのホームパーティに参加する

他人の家に宿泊したり、一緒 に食事をすることは、とくに 大きな感染リスクとなる。

強く自粛を推奨するライン

友人とカラオケを楽しむ(マスクなし)

同僚と飲酒を伴う宴会をする(忘年会)

友人とレストランで食事をする

マスクを外すイベントは感染 リスクとなり、とくに飲酒と 長時間が増大させる。

自粛を推奨するライン

野外やマスクを外すことがないイベントにおける感染リスクは高くない。ただし、長時間であったり、密接になればリスクが高まる。

同居する家族とのイベントに ついては、新たな感染リスク として考える必要はない。

友人とゴルフをする (会食なし)

友人と映画館に行って鑑賞する

友人とショッピングモールを歩く

友人と近隣の公園を散歩する

家族とホテルに宿泊する

家族とレストランで食事をする



感染対策のまとめ

- ・感染経路の中心は飛沫感染及び接触感染
- 「3つの密(密閉・密集・密接)」の回避
- 人と人との距離をとる
- ユニバーサルマスキングで人と対するときにはマスク の着用
- 家や職場の換気を十分にする
- 石けんによる手洗いや手指消毒用アルコールによる 手指衛生の実施
- よく触る環境のこまめな清拭消毒
- 自己の健康管理・行動管理をしっかりおこなう
- 職場でも職員の健康状態の管理をおこなう

「かかりつけ医」にまず電話相談



- ・発熱や咳などの症状がある 場合はかかりつけ医に電話相談
- ・かかりつけがないときは岡山県のホームページか「受診相談センター」で「発熱患者等の診療・検査医療機関」を確認し、相談・診療・検査を受ける

岡山県HP:新型コロナウイルス感染症について https://www.pref.okayama.jp/kinkyu/645925.html

