

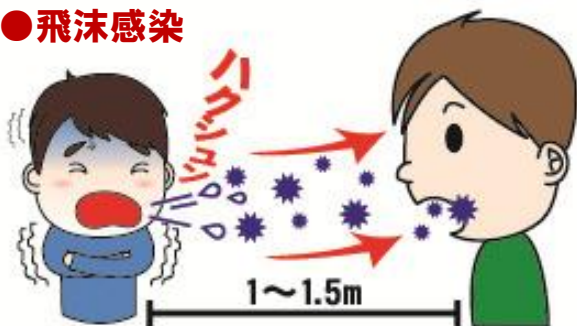


インフルエンザ対策について

国内の季節性インフルエンザは、例年 12～3 月に流行することが多く、そろそろ本格的な予防対策が必要な時期です。そこで今回は、インフルエンザの感染経路と予防対策のポイントについてご紹介します。

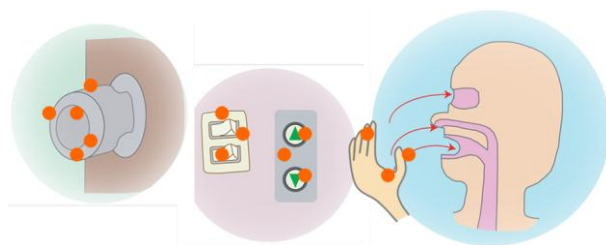
インフルエンザの感染経路：「飛沫感染」と「接触感染」

●飛沫感染



感染した人の咳やくしゃみなどで飛び散ったインフルエンザウイルスを口や鼻から吸い込むことで感染します。

●接触感染



感染した人の唾液や鼻水などが付いたドアノブやスイッチなどに触れることで感染します。

POINT



感染経路を断つことが不可欠！

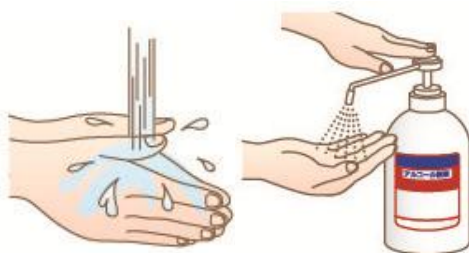
インフルエンザを施設内で拡げないようにするために、感染経路を断ち切る対策が必要です(以下参照)。特に「咳エチケット」、「手洗い・手指消毒」は日常的に行うことが重要です。

咳エチケット

咳エチケットは、飛沫の飛散を防止し、汚染されたティッシュや手指を介した拡散も防止することを目的としています。そのためには、ティッシュ・ゴミ箱の設置、手指消毒薬の設置、手洗い場での石けん・使い捨てタオルの設置、マスクの準備などが必要です。



咳、くしゃみの際は、ティッシュ等で口と鼻を覆い、使ったティッシュは直ちにゴミ箱に捨てましょう。



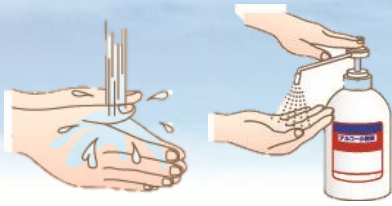
咳やくしゃみを抑えた手、鼻をかんだ手は直ちに手洗い・手指消毒を行きましょう。

●マスクの着用



咳やくしゃみ等の症状のある人には必ずマスクをつけてもらいましょう(不織布製マスクが最適)。

手洗い・手指消毒



流水・石けんによる手洗いは、手指など体についたインフルエンザウイルスを物理的に除去するための有効な方法であり、接触感染を感染経路とする感染症対策の基本です。

インフルエンザウイルスは、アルコールによる消毒でも効果が高いので、手指に目に見える汚れがない場合は、利便性の高いアルコール製剤による消毒がオススメです。

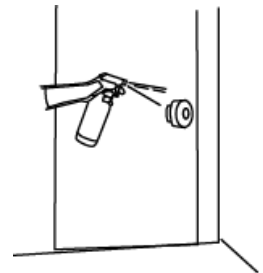
換気・適切な湿度

施設内での感染拡大を防ぐためには、こまめな換気が必要です。また、喉や鼻の粘膜を乾燥から保護するためには、適切な湿度(50~60%)を保持することが重要です。



施設内の衛生管理

テーブルや手すり、ドアノブなどが人が頻繁に触る箇所はこまめにアルコール等で拭き上げを行ってください。接触感染の防止に効果的です。



POINT



ワクチン接種も効果的！

流行前のワクチン接種

インフルエンザワクチンは、感染後に発病する可能性を低減させる効果と、インフルエンザにかかった場合の重症化防止に有効とされており、日本でもワクチンを接種する人が増加する傾向にあります。接種がまだという人は今からでも間に合いますので、積極的にワクチンの接種に行きましょう。



洗手必勝！手指衛生ツール

ニイタカ 薬用ハンドソープ



医薬部外品

殺菌剤配合の「手洗い石けん液」。

- 手指を洗うと同時に殺菌・消毒ができます。
- 無香料なので、手指に匂いが残りません。

ニイタカ 手指消毒用セーフアルコール



指定医薬部外品

食品を取り扱う人の手指消毒に最適！

- 食品と食品添加物にも使用できる原料から作られた消毒用アルコール。
- 即効性のあるエタノールにより、短時間で消毒できます。
- 手になじみやすく、ベタつきません。

クイズ！
インフルエンザ

インフルエンザウイルスに効果があるアルコール。アルコールの殺菌力が最も高い濃度はどれ？

- ① 95~99%
- ② 50~55%
- ③ 70~80%

◎: 正解