

日常生活における手指衛生と手荒れ予防について

手指衛生にはアルコールによる手指消毒の方法と流水と石鹸による手洗いの方法があります。この2つの使い分けは目に見える汚れがあるかないかで区別します。(表1)

(表1) 手指衛生の方法と日常生活での場面

汚れの有無	汚れがある	汚れがない
手指衛生の方法	流水と石鹸による 手洗い 	アルコールによる 手指消毒 
日常生活での場面	トイレの後 食事の前 外遊びの後等	買い物の後 通勤途中に吊皮や ドアノブに触れた 後等

<手荒れ予防>

手指衛生を頻繁に行うことでアルコールや石鹸、温水などの刺激により手荒れを起こしやすくなります。皮膚のバリア機能を保持するためハンドクリームやローションなどの保湿剤を使用しましょう。保湿剤を使用するタイミングは流水と石鹸の手洗いの後です。



手荒れを予防しながら効果的な手指衛生実践していきましょう。

承認

2月1日~2月28日

管理責任者