



# 手洗いの大切さ

「手洗い」は日常でも良く聞く言葉です。トイレの後、遊んだ後、食事前等々、子供の頃から躰として「手を洗いましょう」と言われた経験を皆さんお持ちだと思います。慣れ親しんだ行為として、手を洗うことは簡単と思われるかもしれませんが、「手洗い」の種類や目的があることを知っていますか？  
「手洗い」は感染予防においてもっとも基本的なことであり、重要な医療行為とされ、適切な手洗いがされれば病院感染を減少させることが出来るとまで言われています。「感染予防に大切な手洗い」について知ってみませんか？

## 手洗いの目的

一口に言えば、効果的な手洗いに  
より、手指から有害な微生物を取り  
除くことです。

その結果、医療従事者の手指を介  
した交差感染から患者様を保護した  
り、医療従事者自身を保護できるこ  
とになります。

## 手洗いの原則

手洗いの原則は、一処置一手洗い  
です。病院の中でこのことを言えば、  
1回の医学的処置に際して1回こと  
に手洗いをしなくてはならないとい  
うことです。しかし、同じ手洗いで  
も石けんと流水だけでよい場合と、  
消毒剤を用いた方がよい場合とがあ

ります。どんな場合にどのような方  
法でおこなえばよいのでしょうか？

## 手洗いの種類

### 日常的手洗い

これは、食事の前やトイレの後  
病院の中ですと通常の看護の前  
などに、石けんと流水によりおこ  
なう手洗いのことをいいます。日  
常的手洗いは基本であり、すべて  
の手洗いの原点となります。

### 衛生的な手洗い

これは、消毒剤と流水による手  
洗いのことです。特に医療現場で  
必要とされ、無菌操作時やその他

手指消毒を目的としておこなう手  
洗いです。

日常的手洗いも衛生的な手洗い  
も、手指に付着している微生物を  
十分に消毒・除去するために、30  
秒以上の時間を要することが必要  
とされています。

### 手術時手洗い

手術時手洗いは、消毒剤と流水  
による手洗いで、手術を行う前に  
時間をかけておこなわれる手洗い  
のことをいいます。

## 手洗いの方法

手洗いといっても、ただ単に手を



今回は「手洗い」について、  
松井看護副部長にお伺いしました。



2 手掌で  
手の甲を  
左右洗う



1 手掌を  
合わせて  
よく洗う



3 指先・爪の  
間を入念に  
洗う



4 指の間を  
入念に洗う