

すずらんカルテ vol.10



まだまだ新型コロナウイルス感染者数が多いですが、インフルエンザも増えてくる時期に入りました。みなさん、手洗いには自信がありますか？



洗い残しの
起こりやすい
部位



しっかりと手を洗っているつもりでも、意外と洗い残しがあります！

出典：辻 明良「微生物学・感染制御学」メチカルフレンド社

正しい手洗いの方法



1 水で手を濡らし、石鹸を手に取ります



2 石鹸をよく泡立てながら、手のひらを洗います



3 手の甲を伸ばすように洗います



4 指先・爪の間を念入りに洗います



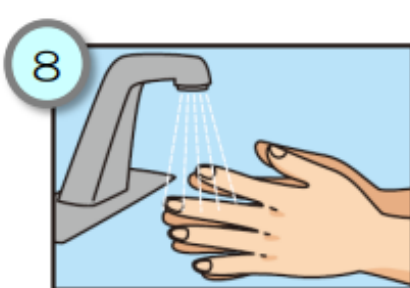
5 指の間を洗います



6 親指をねじりながら洗います



7 手首を洗います



8 流水で石鹸と汚れを洗い流します



9 ペーパータオルでしっかりと水分を拭き取ります

帰宅後や食事前など、念入りに手を洗い、手洗いのあとはアルコール消毒をして感染症を予防しましょう！！