

# 呼吸器ニュース

2021年 No.2

西淀病院・のぞと診療所  
呼吸器グループ  
2021年9月発行

## 感染予防の基本的な考え方・知識

### ☆標準予防策と COVID19 の感染予防対策のポイント

感染予防の基本的考え方である「標準予防策」と COVID19 の感染経路である飛沫と接触を予防するためのポイントを説明します。

・ COVID19 の感染対策は日常の中での標準予防策を徹底することが重要です。標準予防策という考えかたは馴染みがない場合があります。感染対策をどおのようによいのかという戸惑いの声を耳にします。標準予防策とは私たちが感染しない、させない、持ち込まない・広げないために感染が疑われているいないにかかわらず、すべての人と接するときに適応される感染予防策です。定義としては次にあげたものを「感染があるものとして扱う」ということです。

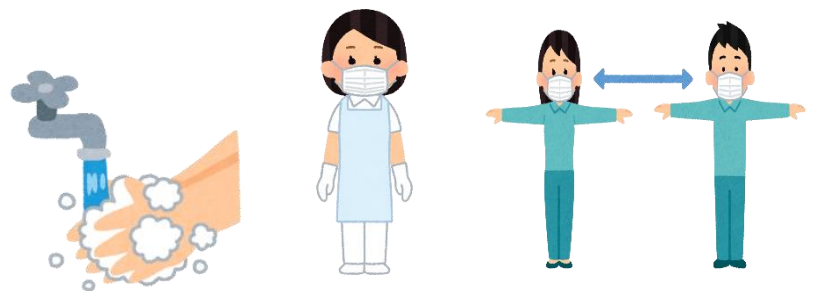
とはいえ、標準予防策は一律的なものではなく、状況によって判断しなければならないこともあります。そのため COVID19 の感染対策ポイントを以下にあげます。

標準予防策で「感染している」として扱われるもの



#### 感染経路を遮断する

- ①手指衛生の徹底
- ②飛沫感染予防策をとる
  - ・マスクを正しく装着する
- ③フィジカルディスタンスをとる
  - ・距離を1～2M あける
  - ・密集、密接、密閉に注意する。



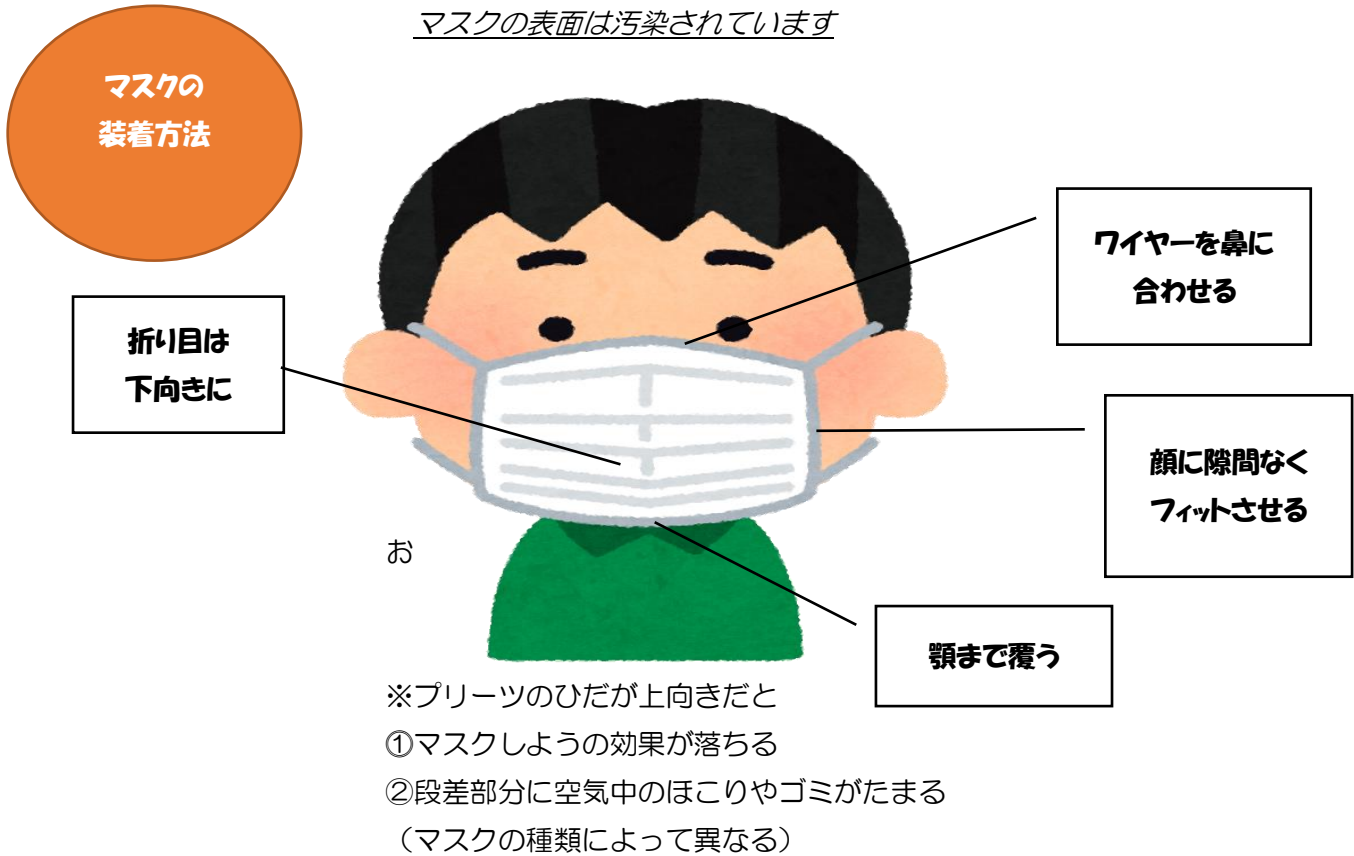
#### ウイルスを減らす

- ①換気
- ②環境整備・環境清掃・環境消毒を行う
  - ・環境消毒は COVID19 に効果のある消毒薬を選択する。
  - ・環境が整理整頓されていることも重要である。
  - ・ちらかっている場合は効果的な消毒ができない
  - ・アルコールを使用する場合は揮発しやすいため注意が必要。



☆飛沫感染・接触感染に対する予防策のポイント

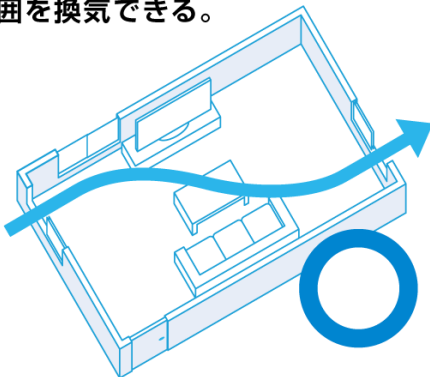
COVID19の感染経路は、飛沫感染と接触感染です。**マスクを装着する**ことでこれらの感染リスクを減らすことができます。マスクは正しく着脱、取り扱いする必要があります。マスクの素材にも注意が必要です。変異種のコロナウイルスが猛威を振っている中、マスクを装着した人同士の会話からでも感染しているケースがあるため、効果があるといわれている、不織布のマスクの使用をしていくことを推奨します。



☆効率のよい換気の工夫

換気の仕方を知るとはとても重要です。正しい換気の方法は**対角線上に窓をあける**ことです。ひとつしかあけられない場合は、扇風機を使用し**1時間に5-10分あけていだけでもよい**とされています。すべての窓をあけているところもよくありますが夏は暑く冬は寒いので、これくらいの時間が適当だと思われます。

対角線上の窓を開けると  
広範囲を換気できる。



窓と窓の位置が低いと、  
空気が循環する  
範囲が狭い。

