

## ○正しい手洗いで感染予防！

### 【手洗いの種類】

手洗いは病院感染を防止するための最も重要な手段です。病院感染は手を介して伝播されることが多く、手洗いは感染対策の基本となります。

一般的に手洗い方法は、目的に応じて「日常手洗い」、「衛生的手洗い」、「手術時手洗い」の3つに分類されます。

### 日常手洗い

- ・食事の前やトイレ使用後など、日常生活で行う手洗い
- ・石けんと流水を使用して汚れや有機物および一過性の通過菌を除去することを目的とする

### 衛生的手洗い

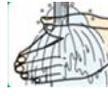
- ・主に医療従事者が医療行為や介護の前後などに行う手洗い
- ・汚れを落とすだけでなく通過菌の除去を目的とする

### 手術時手洗い

- ・手術スタッフが手術前に消毒薬を使用して行う手洗い
- ・常在菌数を減らし、手術時の菌の増殖を抑制することを目的とする

### 【正しい手洗いの方法】

- ①まず手指を流水でぬらす
- ②石けん液を適量とり出す
- ③手のひらと手のひらを擦りよく泡立てる
- ④手の甲をもう片方の手のひらでもみ洗う（両手）
- ⑤指を組んで両手の指の間をもみ洗う
- ⑥親指をもう片方の手で包みもみ洗う（両手）
- ⑦指先でもう片方の手のひらをもみ洗う（両手）
- ⑧両手首までていねいにもみ洗う
- ⑨流水でよくすすぐ



### \*うがいも大事！

うがいは、機械的な洗浄効果や、さらにうがい薬を用いた場合は、殺菌力や化学的洗浄効果によって、口腔を通じて侵入してくるウイルスや殺菌などに対して効果を発揮します。うがいによって、口の中がスッキリしてリフレッシュした気分になったり、口臭を防いだり、虫歯や歯周病を防ぐのもこれらの効果の組み合わせによるものです。

### \*うがいのタイミングは？

- ・帰宅時
- ・人込みから出た後
- ・のどが乾燥したとき、調子が悪いとき
- ・空気が乾燥しているとき
- ・静養している居室に入るとき
- ・口腔内の菌数が1日のうち1番多くなる、朝起きたとき

# 〇ふれあい医療教室を開催しました！

## 平成23年度第2回ふれあい医療教室

〈座長：高知県立安芸病院 外科 直木 一朗 医長〉

11月26日（土）安芸市民会館 大ホールにて平成23年度第2回ふれあい医療教室が開催されました。

### 【テーマ】先端医療を地域の医療に

1. 体に優しいカテーテル治療について  
〈高知県立安芸病院 放射線科 山西 伴明 医長〉

2. 地域のための高度な医療を目指して  
—新病院『高知県立あき総合病院』の役割—  
〈高知県立安芸病院 前田 博教 院長〉

～アンケート結果～（一部抜粋）

〇今後、講演してほしい診療科など

- ・大腸、乳癌、婦人科系について
- ・外科について
- ・泌尿器科について
- ・整形外科、脊椎分離症
- ・筋、神経系について
- ・小児科の発達障害、自閉症など



今後も皆さま方のご意見・ご要望を基に、最新の情報や知識・技術をお知らせできるよう努力していきたいと考えております。  
ありがとうございました。

## 〇癒やしの優しい音色♪

### クリスマスコンサートwith高知大学医学部管弦楽団

平成23年12月10日（土）に、高知大学医学部管弦楽団による「クリスマスコンサート」が院内で開かれ、入院患者さんや地域住民の皆さまが病院1階外来ロビーに集合されました。

クリスマスツリーなどで飾り付けられた会場で、メンバーは赤い三角の帽子をかぶるなどしてクリスマスムードを演出し、「クリスマスフェスティバル」や「演歌メドレー」などを披露してくれました。最後の「見上げてごらん夜の星を」では、患者さんたちも合唱するなど、優しい音色に心を癒やされたひとときを過ごすことができました。

また、来場者にはサンタとトナカイからプレゼントを手渡されるなど、一足早いクリスマスとなりました。



## 〇かわいい壁面紹介コーナー



\*小児科前



\*放射線科前



\*3階病棟エレベーター前