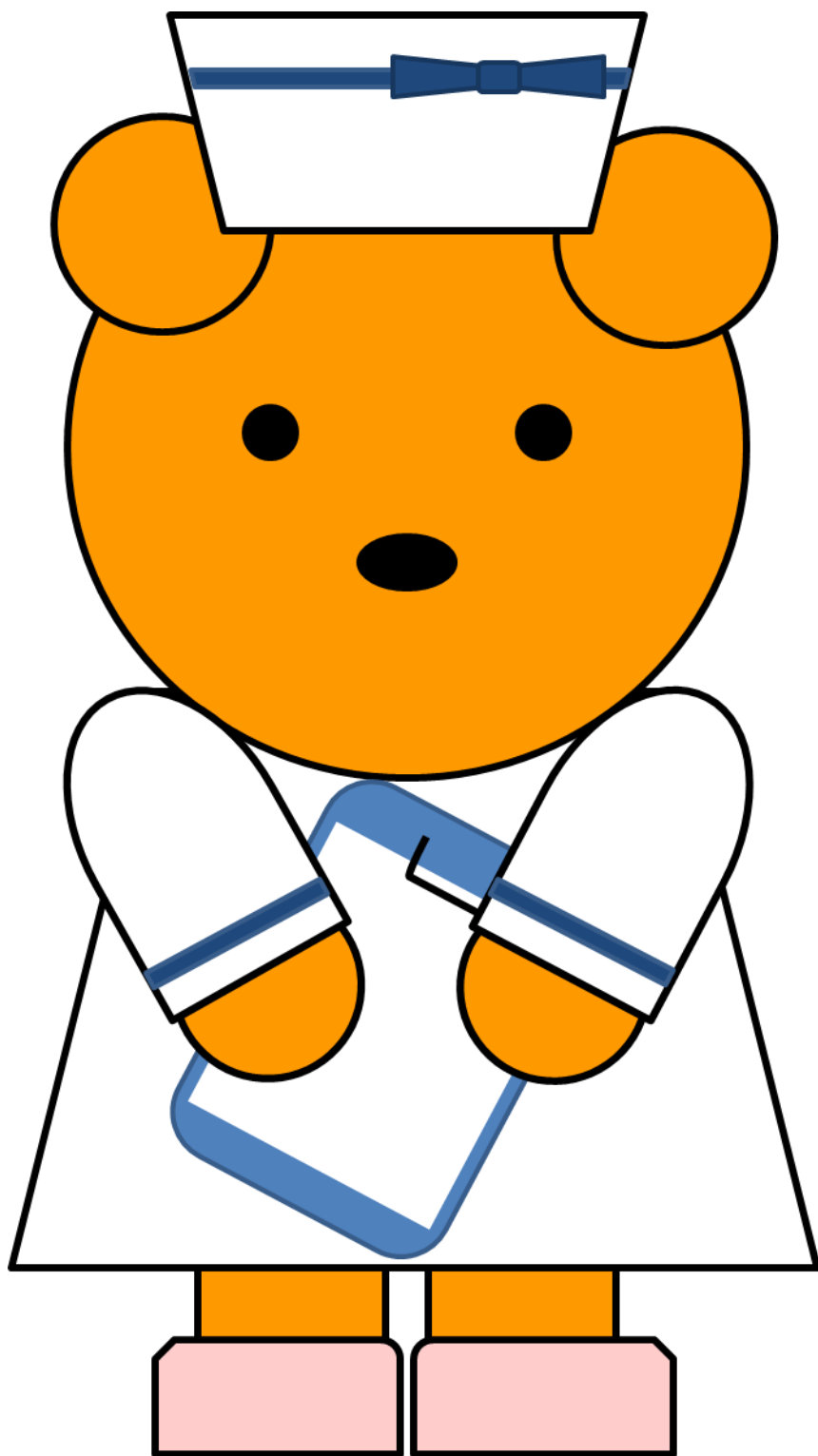


传染病预防的小知识



【目录】

页码

传染是如何发生的? 1

◎传染的过程

◎易扩散传染的疾病

勤洗手・勤漱口..... 2~3

◎何时需要洗手・漱口?

◎有效的漱口方法

◎错误洗手的发生部位

◎洗手的要点

消毒的要点..... 4~6

◎消毒液的稀释方法

◎粪便・呕吐物的处理方法

◎尿不湿的处理方法

◎被粪便・呕吐物污染的衣物的处理方法

◎厕所・门把手等的消毒方法

◎餐具・烹饪用具的消毒方法

其他需要注意的事项是? 7

社会福利设施等发生传染病的话... 8~9

◎传染病发生时的应对

◎含氯消毒剂的稀释方法（大容量）

◎社会福利设施等的传染病预防核对表

各区保健福利中心的联系方式一览..... 10

传 染 是 如 何 发 生 的 ？

◎传染的过程

传染源：携带细菌、病毒等的物或人（受感染的食品、患者等）



对策

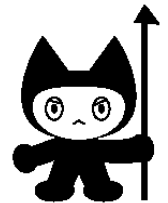
- 发病者的早期发现
- 平日的清扫·消毒 等

传染路径：传染源进入体内的路径（经口传染、飞沫传染等）

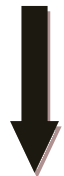


对策

- 洗手·漱口的彻底落实
- 患者排泄物的适当处理 等

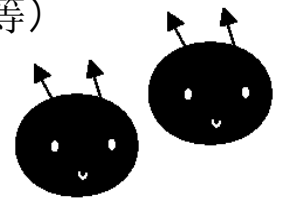


易感人群：有较高感受性，容易被传染的人
（特别是抵抗力较弱的老年人·婴幼儿等）



对策

- 洗手·漱口的彻底落实
- 平日的健康管理 等



传染

为了不让传染发生，为了可以将传染遏制在上述任一阶段，我们从平时开始就作好准备来应对吧。

◎易扩散传染的疾病

○肠出血性大肠杆菌感染症(0157 等)

因带菌食物进入口内或因接触被感染者的粪便污染过的东西的手指、食物进入口腔而引起感染。此时，细菌数量即使非常少也会导致感染发病，故其感染性很强。

○诺如病毒引发的感染性肠胃炎

感染者的粪便或呕吐物中含有大量病毒，通过被该病毒污染的手指等接触到口从而感染。此时，即使病毒非常少也会引发感染。另外，感染者即便症状消失，可大约在一周内其粪便中仍然有病毒排出，因此有可能通过二次感染进而扩散。

勤 洗 手 · 勤 漱 口

★洗手·漱口是预防传染病的基本★

肥皂虽然没有消毒效果，但是通过去除手上的污渍，细菌或病毒容易从手上脱落，因此要认真地洗手哦。此外，为了防止病菌从喉咙入侵，外出回来时要养成漱口的习惯。

◎何时需要洗手·漱口？

【洗手·漱口】

- 外出回来时
- 用餐前

【洗手】

- 使用完厕所后
- 烹饪前
- 照顾或处置呕吐、拉肚子的人时
- 更换完尿不湿后

◎有效的漱口方法

① 含漱

将水含入口内，鼓动两颊及唇部，反复冲洗后将水吐出。



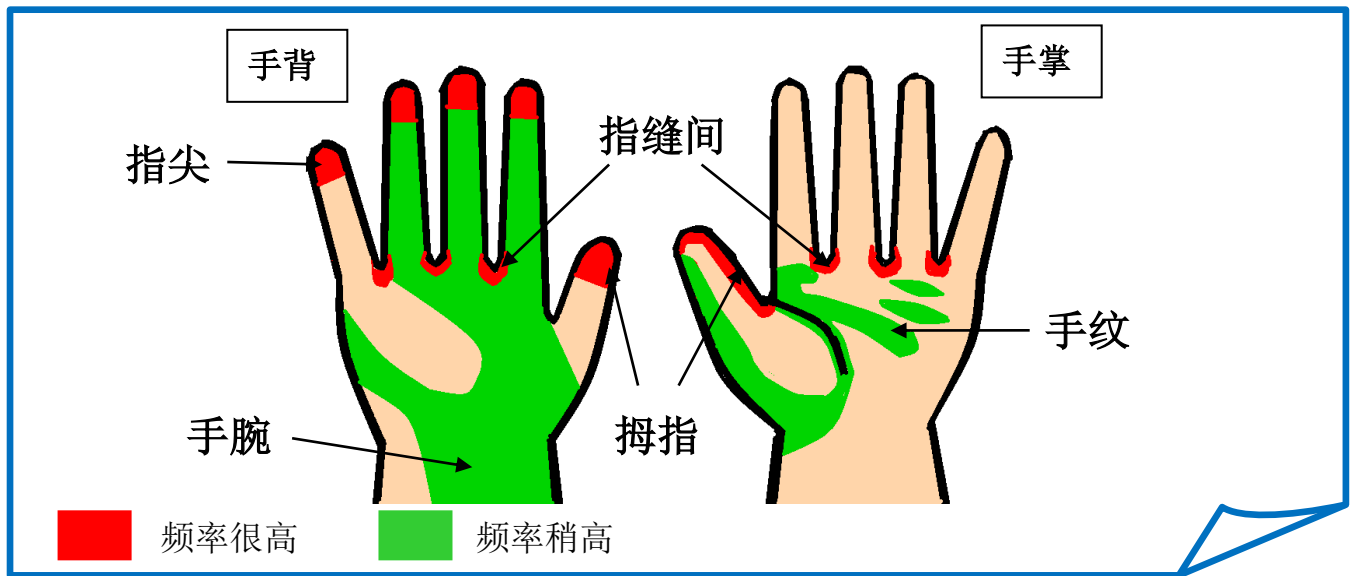
② 漱喉咙

将水含入口内，把头仰起让水到达喉咙，漱 15 秒左右然后吐出。



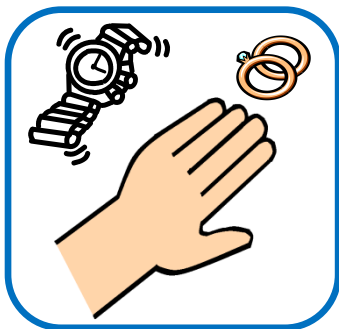
※含漱 1 次后，漱 3 次喉咙，请像这样交替进行吧。

◎错误洗手的发生部位



出自：日本环境感染学会监修 医院感染防止手册（2001）

◎洗手的要点



① 摘下戒指和手表。



② 用流动的水把手淋湿，擦上肥皂，打出泡沫。



③ 搓洗手心和手背。



④ 搓洗指缝。



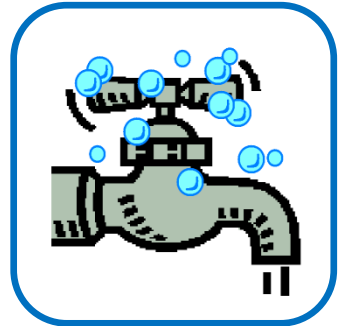
⑤ 搓洗大拇指。



⑥ 搓洗指尖和指甲。



⑦ 搓洗手腕。



⑧ 用肥皂清洗水龙头。



⑨ 用流动的水把手清洗干净。



⑩ 用一次性纸巾等擦干双手。

消毒的重点

★针对肠出血性大肠杆菌感染症、霍乱、痢疾、伤寒、副伤寒时
阳性肥皂、消毒用酒精、含氯消毒剂（次氯酸钠）等的消毒剂或加热（75℃、1分钟以上）均有效。

★针对诺如病毒等引发的感染性肠胃炎时
针对诺如病毒时，含氯消毒剂（次氯酸钠）和加热（85℃、1分钟以上）均有效。
消毒用酒精或阳性肥皂则无效果。

◎消毒液的稀释方法

☆阳性肥皂(苯扎氯铵溶液)（用水稀释后使用）

使用目的	洗手池用	厕所·坐便器的冲水杆等
浓 度	100 倍(0.1%)	50 倍(0.2%)
配制成 1 升的稀释液时 (洗脸池中约 1/2 杯)	10 毫升(2 瓶盖) (500 毫升装消毒液的瓶盖)	20 毫升(4 瓶盖) (500 毫升装消毒液的瓶盖)

☆含氯消毒剂(5%※)（用水稀释后使用）

使用目的	餐具·烹饪用具	粪便·呕吐物、脏衣物·地板·墙壁
浓 度	250 倍(200ppm)	50 倍(1000ppm)
配制成 1 升的稀释液时	4 毫升(约 1 瓶盖) (500 毫升装消毒液的瓶盖)	20 毫升(4 瓶盖) (500 毫升装消毒液的瓶盖)

※市面销售的大部分氯漂白剂，其氯浓度为 5%。

※含氯消毒剂使用时的注意事项※

- 有可能会造成衣服掉色。
- 有可能会造成金属生锈或变色，消毒后请用清水擦拭。
- 请不要使用于手指或皮肤的消毒。
- 防止药液溅到皮肤和眼睛。
- 要保证良好的通风。
- 和酸性药剂一起使用，会产生剧毒气体，所以千万不要混合使用。
- 长期存放的话药品浓度会降低，因此要尽早使用。另外，应存放于儿童不易触及到的阴凉避光处。
- 使用一次配制一次，请避免配制好后的存放。

◎粪便·呕吐物的处理方法

预先准备物品

- ◆ 一次性手套、口罩
- ◆ 报纸、纸巾等
- ◆ 1000ppm 的含氯消毒剂
- ◆ 塑料袋等可密封的袋子 2 只

① 事先打开塑料袋的袋口。



② 摘下手表·戒指，戴上手套·口罩。



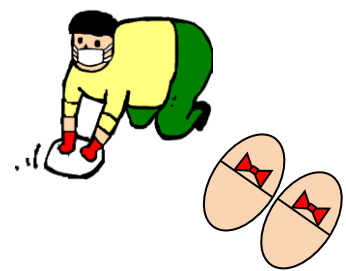
③ 用报纸或纸巾覆盖粪便或呕吐物，再洒上含氯消毒剂，小心擦除后立即扔进已经摊开的塑料袋内。



- * 粪便或呕吐物干燥后，病毒会漂浮到空气中，于是就有可能进入口腔而被感染。为不令其干燥，请尽早处理。
- * 因含氯消毒剂有可能造成脱色，所以请注意。

④ 再者用浸有含氯消毒剂的纸巾等从外至内浸透似地擦拭附着粪便或呕吐物的地板或墙面。擦拭完的纸巾等立即扔进塑料袋内，然后扎紧袋口。

- * 含氯消毒剂有可能会造成金属生锈。当擦拭部分的材质为金属时，隔 30 分钟后再用清水擦拭。
- * 处理的人所穿拖鞋（室内鞋）的内部也有可能附着病毒，所以处理完地板后，拖鞋的内部也要消毒。



⑤ 将扎紧袋口的袋子放进另一只塑料袋后，将翻过来脱下的手套也一起扔进该塑料袋内，然后不要接触到内侧，将袋口扎紧丢弃。

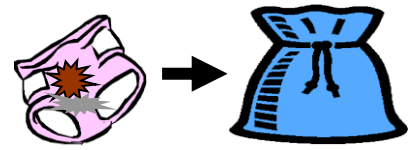


⑥ 最后把手洗干净。



◎尿不湿的处理方法

同粪便·呕吐物一样处理。更换尿不湿后，为了不让里面的东西四处散开，迅速将大小便包住合拢，然后扔进塑料袋内。给多人更换尿不湿时，一个人的更换处理结束后务必要洗手哦。



◎被粪便·呕吐物污染的衣物的处理方法

在大约 500~1000ppm 的含氯消毒剂中浸泡 30 分钟以上，然后照常洗涤。这时，注意要和别人的衣物分开来洗哦。

或者用热水（诺如病毒时 85℃煮 1 分钟以上）煮沸进行消毒。

* 使用含氯消毒剂时有可能造成衣物掉色，所以请注意。

◎厕所·门把手等的消毒方法

○日常的消毒

厕所的便座、便器的水洗把手、门把手、便器周围的地板或墙面、扶手等，这些便器除外的部分也要定期清扫，用稀释成约 500~1000ppm 的含氯消毒剂仔细进行擦拭。

○肠出血性大肠杆菌（O157 等）感染症时的消毒

用稀释成 0.2% 的阳性肥皂清拭厕所的便座、便器的水洗把手、门把手、便器周围的地板或墙面、扶手等。

○诺如病毒引发的感染性肠胃炎时的消毒

用稀释成 1000ppm 的含氯消毒剂清拭厕所的便座、便器的水洗把手、门把手、便器周围的地板或墙面、扶手等。

◎餐具·烹饪用具的消毒方法

用洗涤剂充分洗净后，在稀释成约 200ppm 的含氯消毒剂中浸泡 5 分钟以上，或者热水（诺如病毒时 85℃煮 1 分钟以上）煮沸进行消毒。



其他需要注意的事项是？

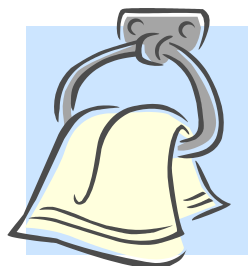
○入浴

首先用肥皂洗干净屁股后再进入浴缸。有病症的时候尽可能选择淋浴或者最后一个入浴缸。恢复后一周内，粪便中仍有可能含有病毒，所以同样要最后一个入浴缸泡澡。



○毛巾等

使用自己专用的毛巾，不要和他人共用同一块。



○游泳池

- 进入之前，以屁股为中心将身体清洗干净。
- 使用塑料游泳池等玩水时，要勤换水哦。
- 身体不舒服的人尽量不要入游泳池。



○身体管理

要留意平日的身体状况哦。身体不舒服时不要勉强，好好休息吧。另外，不要硬撑，要尽早接受诊疗哦。



○烹饪

出现病症时，烹饪、饮食照料、配膳等跟食品有关的工作请避免。

（症状消失后的一周内也要注意哦。）



肠出血性大肠杆菌感染症（O157 等）、痢疾、霍乱、伤寒、副伤寒在传染病法中被认定为第三类传染病，直至大便检查确认为阴性为止，不能从事与食品制造有关的业务。

社会福利设施等发生传染病的话・・・

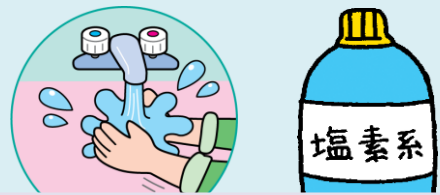
◎传染病发生时的应对

① 发生状况的把握

- 症状的确认（腹泻、呕吐、发热等）
- 状况的把握（发病者的人数・发病日、初发时日、楼层・房间等的倾向）
- 诊疗状况的确认（有无接受诊疗、诊断名称、检查状况等）

② 传染扩大的防止

- 广泛通知职员
- 洗手的彻底贯彻
- 排泄物等的恰当处理



③ 与相关机构的联系

- 与设施医生、管理医生等取得联系（说明状况、仰仗指示）
- 与利用者家属进行联系・说明（发生状况、在家的二次感染的预防等）
- 向各区保健福利中心以及设施主管部门汇报（※）

※向各区保健福利中心及设施主管部门汇报时的**报告基准**

「关于社会福利设施等发生传染病时的报告」

厚生劳动省通知（2005年2月22日）

社会福利设施等的负责人，在下述 A、B 或 C 的情况下应立即向市町村等的社会福利设施等主管部门汇报传染病或疑似食物中毒者等的人数、症状、应对状况等，与此同时应报告保健所（在大阪市为各区保健福利中心），采取请求上级指示等措施。

- A** 由同一传染病或食物中毒引起的又或疑似由同一传染病或食物中毒引起的**死者或重症患者在一周内出现 2 名以上**时
- B** 同一传染病或食物中毒**患者又或同一传染病或食物中毒的疑似患者出现 10 名以上或全部利用者的半数以上**时
- C** 不在 A 和 B 所述范围内，但当超过正常发展趋势的传染病发生时，特别是设施负责人认为有必要汇报时

◎含氯消毒剂的稀释方法（大容量）

○200ppm 时

•原液浓度（5%）：原液 12ml →

•原液浓度（6%）：原液 10ml →

○1000ppm 时

•原液浓度（5%）：原液 60ml →

•原液浓度（6%）：原液 50ml →

水 3 升

◎社会福利设施等的传染病预防核对表

①健康状况的把握

- 利用者、职员の毎日健康状况の把握
- 利用者、职员の定期健康体检（职员还需验大便）
- 身体状况不好的人需接受医疗机构的诊疗

②洗手的贯彻

- 接触不同的利用者后需洗手
- 摘下一次性手套后需洗手
- 洗手后不使用公用毛巾
- 劝告利用者和访客要勤洗手

③排泄物的处理（包括尿不湿的更换）

- 一次性手套、口罩（处理呕吐物时长衫等）的穿戴
- 处理后的适当消毒
- 技术的统一化

④设施的管理

- 定期清扫・消毒的实施
- 干净区域（厨房、牛奶冲泡室等）和污染区域（厕所、盥洗室等）的明确划分

⑤研修等

- 组织职员进行培训研修
- 职员之间的信息共享

⑥手册

- 设施各自的传染病应对手册的制作（日常的预防对策、发生时的应对等）
- 发生时的任务分担和联系体制的确立
- 对全体职员的通知
- 定期的反省

区	名	TEL	FAX
北	区	06-6313-9882	06-6362-1099
都	岛 区	06-6882-9882	06-6925-3972
福	岛 区	06-6464-9882	06-6462-4854
此	花 区	06-6466-9882	06-6463-1606
中	央 区	06-6267-9882	06-6267-0998
西	区	06-6532-9882	06-6532-6246
港	区	06-6576-9882	06-6572-9514
大	正 区	06-4394-9882	06-6554-7153
天	王 寺 区	06-6774-9882	06-6774-9866
浪	速 区	06-6647-9882	06-6644-1937
西	淀 川 区	06-6478-9882	06-6477-1649
淀	川 区	06-6308-9882	06-6303-6745
东	淀 川 区	06-4809-9882	06-6327-3462
东	成 区	06-6977-9882	06-6972-2781
生	野 区	06-6715-9882	06-6712-0652
旭	区	06-6957-9882	06-6954-9183
城	东 区	06-6930-9882	050-3535-8689
鹤	见 区	06-6915-9882	06-6913-8140
阿	倍 野 区	06-6622-9882	06-6629-1349
住	之 江 区	06-6682-9882	06-6673-0220
住	吉 区	06-6694-9882	06-6694-6125
东	住 吉 区	06-4399-9882	06-6629-1265
平	野 区	06-4302-9882	06-6702-4315
西	成 区	06-6659-9882	06-6659-9085

发行

大阪市保健所 感染症対策課 TEL 06-6647-0656
FAX 06-6647-1029