

# 感染予防の基本は 手洗いから。



## ヒトは手をつかう

手には微生物やよごれがつきやすい。  
感染予防の基本は手洗いです。

### ■ 正しい手洗い方法



#### さまざまな手洗い

- ・流水で洗い流す
- ・液体状石鹼を使用
- ・アルコール剤を使う

手洗いのしかたに注意!

乾燥するまで摩擦(もみ洗い)する  
エタノールが蒸発するまで十分に摩擦する。この操作により消毒液が角質層まで浸透し、しかも消毒剤の作用温度が上昇するため消毒効果が高まる。またエタノールは蒸発するためタオルも不要。



### ■ 手洗いによる 微生物の減少効果

普通の石鹼と流水を  
使った場合

15秒:1/4~1/13  
30秒:1/60~1/600

速乾性アルコール  
消毒剤を使った場合

30秒:1/3000  
1分:1/10,000~30,000

※アルコールの方が消毒効果は高い。  
目に見えるような汚れのあるときは流水で洗う。