

第26回 いきいき健康セミナー

知っておきたい!

『冬に流行する感染症の 基礎知識と対策』

医療法人 八田内科医院 院長 八田 告先生

12月7日(土) 開催報告



第26回いきいき健康セミナー 開催報告

12月7日(土) 開催

『冬に流行する感染症の基礎知識と対策』

八田内科医院 院長
八田 告 先生



第26回いきいき健康セミナー 開催報告

12月7日(土) 開催

『冬に流行する感染症の基礎知識と対策』

八田内科医院 院長
八田 告 先生



12月7日(土) 開催

『冬に流行する感染症の基礎知識と対策』

【 内 容 】

感染対策の基礎知識

冬場に流行する感染症について(インフルエンザ、ノロウイルス)

12月7日(土) 開催

『冬に流行する感染症の基礎知識と対策』

八田内科医院 院長
八田 告 先生

感染対策の基礎知識

【感染とは】

- 宿主に病原微生物が侵入し、身体のある部分で増殖する事をいう
- 感染によって引き起こされる疾患を感染症という



12月7日(土) 開催

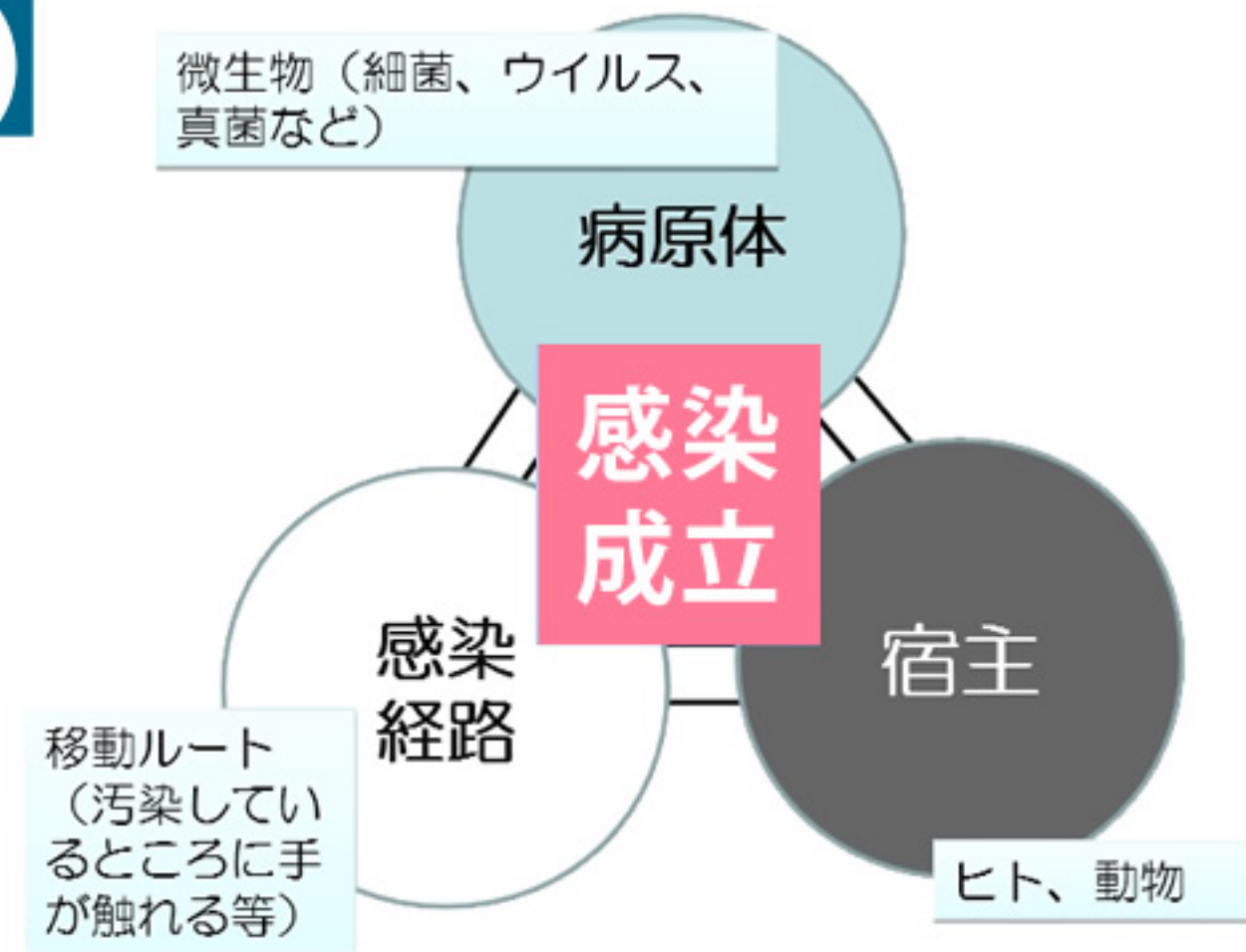
『冬に流行する感染症の基礎知識と対策』

八田内科医院 院長
八田 告 先生

感染対策の基礎知識

【感染はどうやって起こる？】

感染は、
病原体、宿主、感染経路の
3つがそろって成り立つ。



12月7日(土) 開催

『冬に流行する感染症の基礎知識と対策』

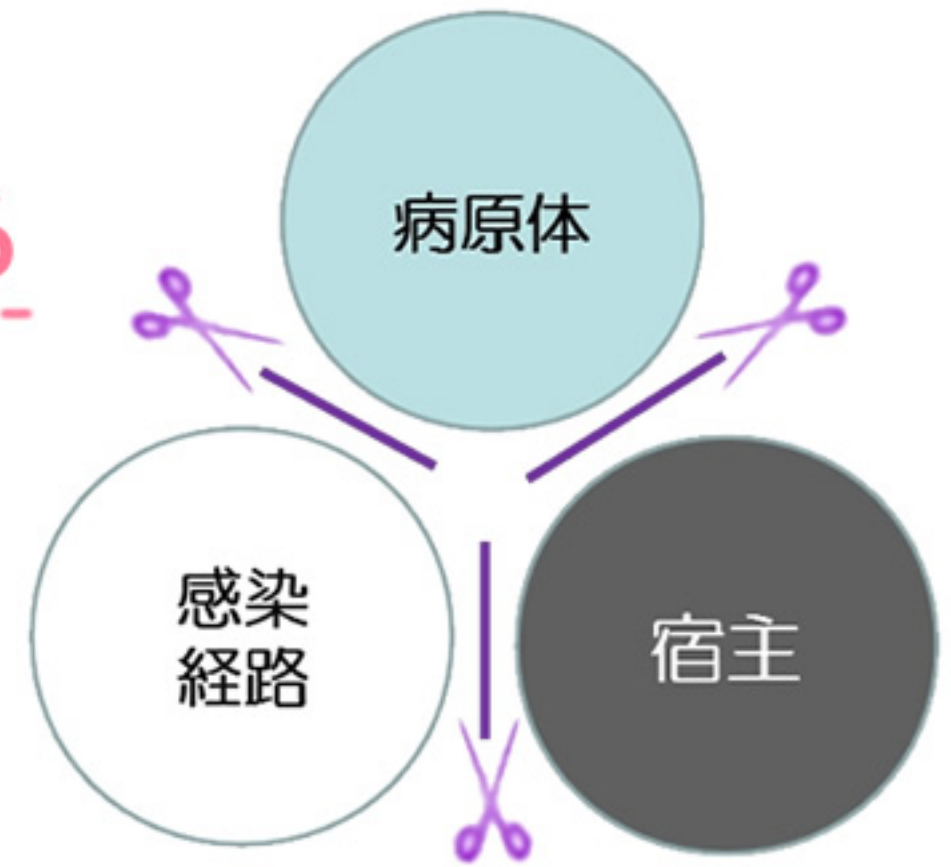
八田内科医院 院長
八田 告 先生

感染対策の基礎知識

【感染拡大を防止するには】

感染が起こるために必要な要素をばらばらにする

- ① 感染原因となっている病原体なくすこと
- ② 宿主の感受性をなくす
- ③ 感染経路をなくすこと



感染対策の基礎知識

① 適切な手洗い 必要なタイミングで正しい手洗いを行う

1



手を流水でぬらします

2



石けん液を手に取りよく
泡立て手のひらを洗います



12月7日(土) 開催

『冬に流行する感染症の基礎知識と対策』

八田内科医院 院長
八田 告 先生

感染対策の基礎知識

① 適切な手洗い 必要なタイミングで正しい手洗いを行う

3



手の甲ともう片方の手のひらをあわせ
甲と指の間を同時に洗います(両手)

4



指先をもう片方手のひらに立てる
ようにすり合わせ洗います(両手)



12月7日(土) 開催

『冬に流行する感染症の基礎知識と対策』

八田内科医院 院長
八田 告 先生

感染対策の基礎知識

① 適切な手洗い 必要なタイミングで正しい手洗いを行う

5



親指をもう片方の手で包み込み
洗います(両手)

6



片方の手でもう片方の手首をつかむ
ように持ちひねり洗います(両手)



12月7日(土) 開催

『冬に流行する感染症の基礎知識と対策』

八田内科医院 院長
八田 告 先生

感染対策の基礎知識

① 適切な手洗い 必要なタイミングで正しい手洗いを行う

7



流水で泡が取れるまで
十分にすすぎます

8



清潔な乾いたタオルやペーパー
タオルでよく水気をふきとります

15秒以上
かけて
まんべんなく
洗う

12月7日(土) 開催

『冬に流行する感染症の基礎知識と対策』

八田内科医院 院長
八田 告 先生

感染対策の基礎知識

① 適切な手洗い 必要なタイミングで正しい手洗いを行う

見た目は汚れがない場合は
摩擦式アルコール消毒剤
による手洗いがおすすめです。



12月7日(土) 開催

『冬に流行する感染症の基礎知識と対策』

感染対策の基礎知識

① 適切な手洗い 必要なタイミングで正しい手洗いを行う

アルコール
消毒剤の
使用方法

1



手指消毒剤を1プッシュ
手のひらにとる

2



爪先、指先より
手指消毒剤を擦りこむ



12月7日(土) 開催

『冬に流行する感染症の基礎知識と対策』

感染対策の基礎知識

① 適切な手洗い 必要なタイミングで正しい手洗いを行う

アルコール
消毒剤の
使用方法

3



手のひらに擦りこむ

4



手の甲、指間に擦りこむ



12月7日(土) 開催

『冬に流行する感染症の基礎知識と対策』

感染対策の基礎知識

1 適切な手洗い 必要なタイミングで正しい手洗いを行う

アルコール
消毒剤の
使用方法

5



親指を包み込み
ねじりながら擦りこむ

6



手首まで忘れずに擦りこむ

12月7日(土) 開催

『冬に流行する感染症の基礎知識と対策』

感染対策の基礎知識

2 咳エチケット 空気感染・飛沫感染を防ぎましょう

せき・くしゃみ
などある方は

マスクを
しましょう



せき・くしゃみをする
ときはティッシュで

口と鼻を
覆いましょう



ティッシュはごみ箱
に捨て、その後は

**手をよく
洗いましょう**



12月7日(土) 開催

『冬に流行する感染症の基礎知識と対策』

八田内科医院 院長
八田 告 先生

冬場に流行する感染症について(インフルエンザ、ノロウイルス)

【インフルエンザ】

インフルエンザは、
インフルエンザウイルスが原因で起こる
病気です。



12月7日(土) 開催

『冬に流行する感染症の基礎知識と対策』

八田内科医院 院長
八田 告 先生

冬場に流行する感染症について(インフルエンザ、ノロウイルス)

【インフルエンザ】

症状も普通の風邪より重く、
38℃以上の発熱・頭痛・関節痛・筋肉痛
など全身の症状が突然現れます。



12月7日(土) 開催

『冬に流行する感染症の基礎知識と対策』

八田内科医院 院長
八田 告 先生

冬場に流行する感染症について(インフルエンザ、ノロウイルス)

【インフルエンザ】

併せて普通の風邪と同じように、
のどの痛み・鼻汁・せきなどの症状も見られ
小児ではまれに**急性脳症**を、高齢者や免疫力の低下している
人では**肺炎**を併発する等、重症になることがあります。

12月7日(土) 開催

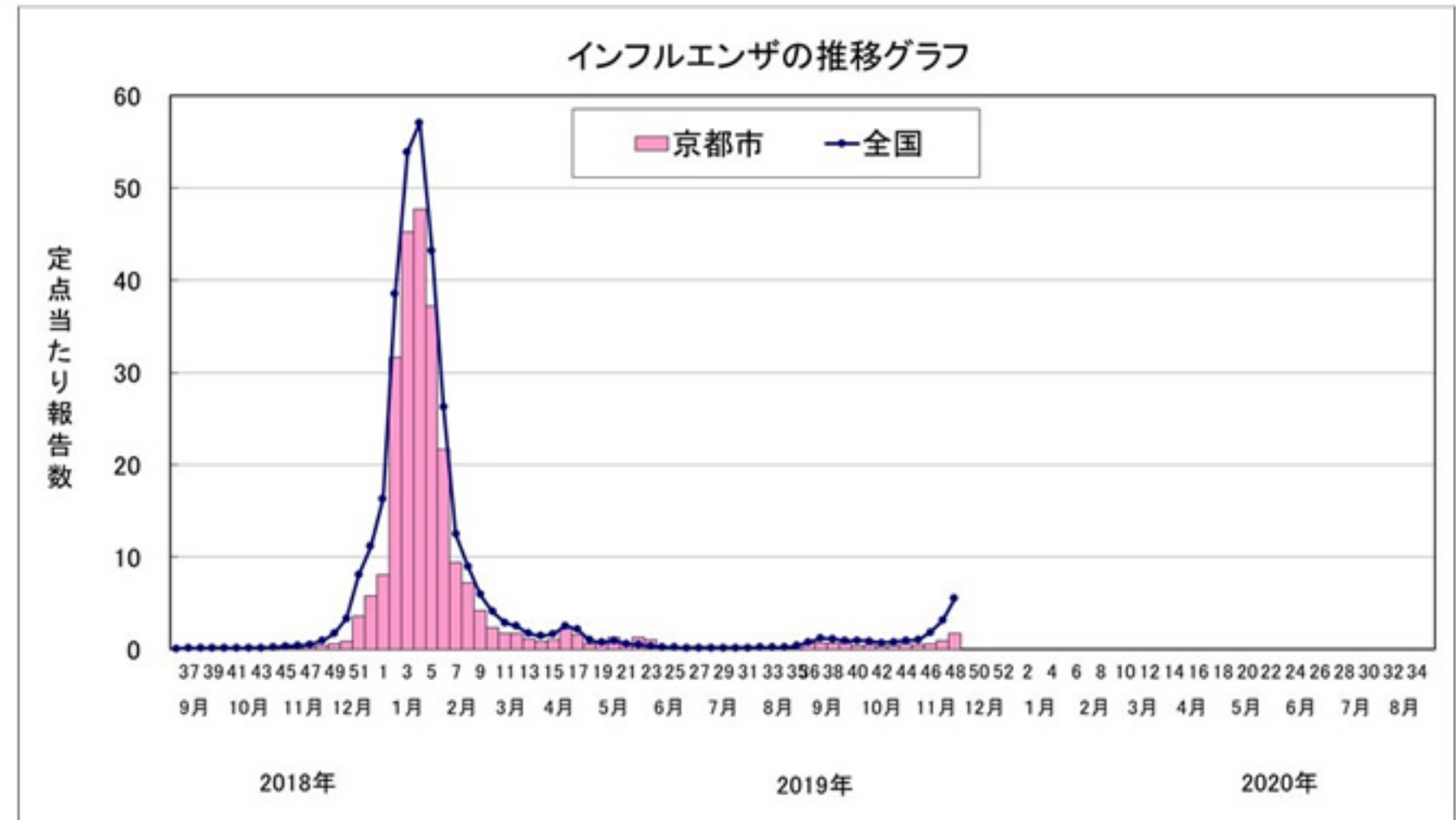
『冬に流行する感染症の基礎知識と対策』

八田内科医院 院長
八田 告 先生

冬場に流行する感染症について(インフルエンザ、ノロウイルス)

【インフルエンザ】

京都市の発生状況について
11月25日 ~ 12月1日



12月7日(土) 開催

『冬に流行する感染症の基礎知識と対策』

八田内科医院 院長
八田 告 先生

冬場に流行する感染症について(インフルエンザ、ノロウイルス)



インフルエンザ クイズ



12月7日(土) 開催

『冬に流行する感染症の基礎知識と対策』

八田内科医院 院長
八田 告 先生

冬場に流行する感染症について(インフルエンザ、ノロウイルス)

?? インフルエンザクイズ ??

Q1 インフルエンザには抗生物質が効く!



12月7日(土) 開催

『冬に流行する感染症の基礎知識と対策』

八田内科医院 院長
八田 告 先生

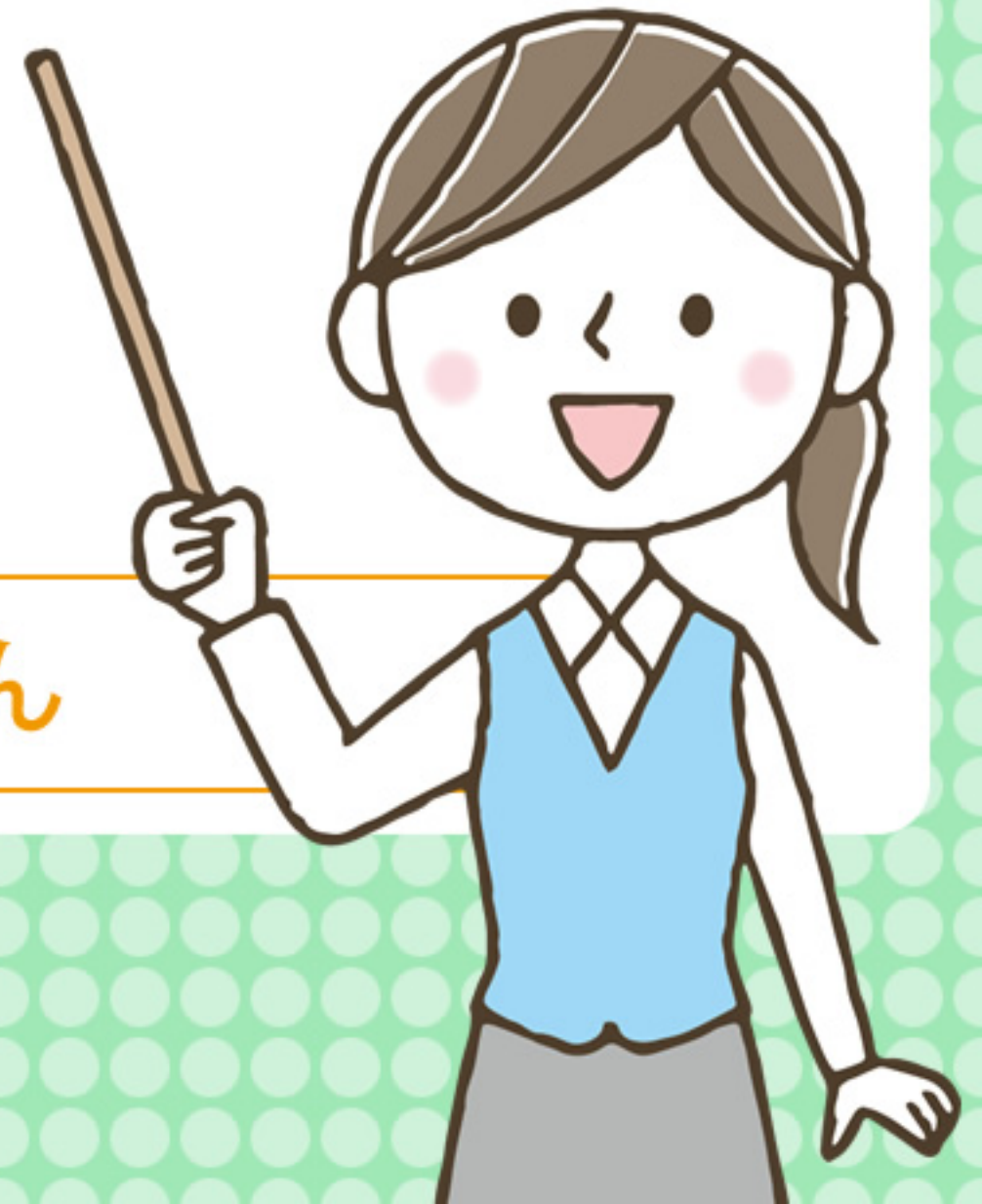
冬場に流行する感染症について(インフルエンザ、ノロウイルス)

?? インフルエンザクイズ ??

Q1 こたえ



インフルエンザに抗生物質はききません



12月7日(土) 開催

『冬に流行する感染症の基礎知識と対策』

八田内科医院 院長
八田 告 先生

冬場に流行する感染症について(インフルエンザ、ノロウイルス)

?? インフルエンザクイズ ??

Q2 インフルエンザのワクチンは年々変わっていくので
毎年接種が必要である。



12月7日(土) 開催

『冬に流行する感染症の基礎知識と対策』

八田内科医院 院長
八田 告 先生

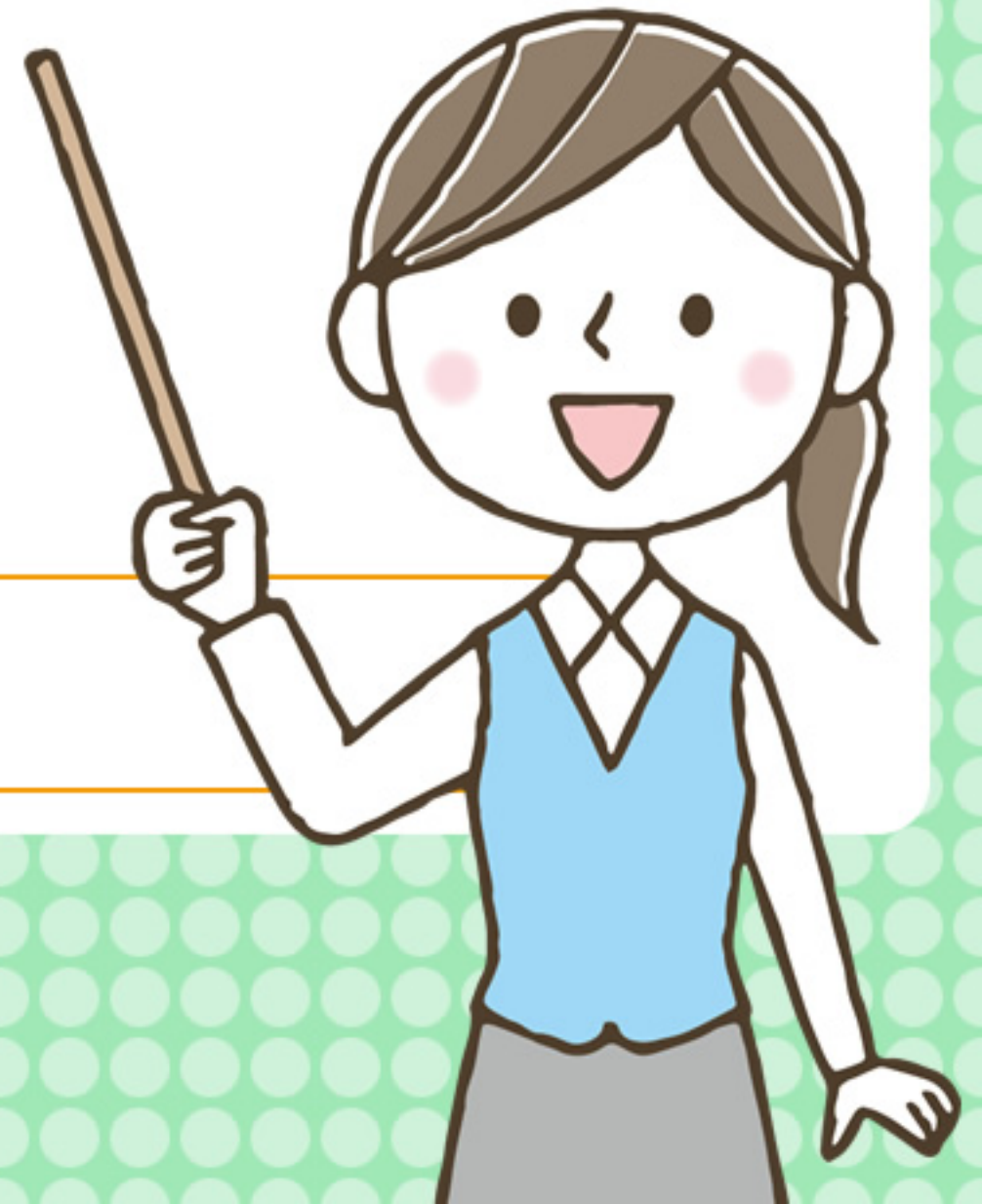
冬場に流行する感染症について(インフルエンザ、ノロウイルス)

?? インフルエンザクイズ ??

Q2 こたえ



ワクチンは毎年接種が必要です



12月7日(土) 開催

『冬に流行する感染症の基礎知識と対策』

八田内科医院 院長
八田 告 先生

冬場に流行する感染症について(インフルエンザ、ノロウイルス)

?? インフルエンザクイズ ??

Q3 肺炎は、日本人の死因の第3位である



12月7日(土) 開催

『冬に流行する感染症の基礎知識と対策』

八田内科医院 院長
八田 告 先生

冬場に流行する感染症について(インフルエンザ、ノロウイルス)

?? インフルエンザクイズ ??

Q3 こたえ



2015年の人口動態統計によると、肺炎は日本人の死因の第3位に入っています。
年間約12万人が、肺炎が原因で亡くなり、死亡総数の9.4%になります。

12月7日(土) 開催

『冬に流行する感染症の基礎知識と対策』

八田内科医院 院長
八田 告 先生

冬場に流行する感染症について(インフルエンザ、ノロウイルス)

?? インフルエンザクイズ ??

Q4 肺炎球菌ワクチンとインフルエンザワクチンを同時期に接種すると、肺炎、インフルエンザともにかかりにくい



12月7日(土) 開催

『冬に流行する感染症の基礎知識と対策』

八田内科医院 院長
八田 告 先生

冬場に流行する感染症について(インフルエンザ、ノロウイルス)

?? インフルエンザクイズ ??

Q4 こたえ



肺炎球菌ワクチンとインフルエンザワクチンを同時接種すると
両方かかりにくくなります。

12月7日(土) 開催

『冬に流行する感染症の基礎知識と対策』

八田内科医院 院長
八田 告 先生

冬場に流行する感染症について(インフルエンザ、ノロウイルス)

?? インフルエンザクイズ ??

Q5 肺炎球菌ワクチンを打つ時期ですが、
インフルエンザワクチンと同じ日に打てますか？



12月7日(土) 開催

『冬に流行する感染症の基礎知識と対策』

八田内科医院 院長
八田 告 先生

冬場に流行する感染症について(インフルエンザ、ノロウイルス)

?? インフルエンザクイズ ??

Q5 こたえ



同じ日に打っても構わないとされていますが、当院では、副作用の面から一週間程度、ずらして打っています。どちらが先でも構いません。

12月7日(土) 開催

『冬に流行する感染症の基礎知識と対策』

八田内科医院 院長
八田 告 先生

冬場に流行する感染症について(インフルエンザ、ノロウイルス)

【感染性胃腸炎(ノロウイルス)】

- 病原体: ノロウイルスによっておこる
- 劣悪な環境でも生き長らえる。
環境表面にウイルスが付いた場合
数時間～数日生存している



12月7日(土) 開催

『冬に流行する感染症の基礎知識と対策』

八田内科医院 院長
八田 告 先生

冬場に流行する感染症について(インフルエンザ、ノロウイルス)

【感染性胃腸炎(ノロウイルス)】

- 症状: おう吐、下痢、発熱、腹痛、頭痛など
- 消毒剤に抵抗性があり、アルコールが効かないため、次亜塩素酸ナトリウムでの消毒が必要となる
- 潜伏期間は、2日程度である

12月7日(土) 開催

『冬に流行する感染症の基礎知識と対策』

八田内科医院 院長
八田 告 先生

冬場に流行する感染症について(インフルエンザ、ノロウイルス)

便や吐物の適切な処理方法【感染性胃腸炎(ノロウイルス)】

- 1 汚染場所は人が近寄らないようにする
- 2 処理をする人は、手袋、マスク、エプロン(ガウン)を装着(すべて使い捨て)



12月7日(土) 開催

『冬に流行する感染症の基礎知識と対策』

八田内科医院 院長
八田 告 先生

冬場に流行する感染症について(インフルエンザ、ノロウイルス)

便や吐物の適切な処理方法【感染性胃腸炎(ノロウイルス)】

- 3** おう吐物は使い捨ての布やペーパータオルで外側から内側に向けて拭きとり面を折りたたみながら静かに拭い取る



12月7日(土) 開催

『冬に流行する感染症の基礎知識と対策』

八田内科医院 院長
八田 告 先生

冬場に流行する感染症について(インフルエンザ、ノロウイルス)

便や吐物の適切な処理方法【感染性胃腸炎(ノロウイルス)】

- 4** ③で使用したものは
ビニール袋にいれ密封し
処分する



12月7日(土) 開催

『冬に流行する感染症の基礎知識と対策』

八田内科医院 院長
八田 告 先生

冬場に流行する感染症について(インフルエンザ、ノロウイルス)

便や吐物の適切な処理方法【感染性胃腸炎(ノロウイルス)】

5

おう吐物が付着していた床とその周辺を**0.1%次亜塩素酸ナトリウム**を染み込ませたペーパータオル等で浸すように拭く。



12月7日(土) 開催

『冬に流行する感染症の基礎知識と対策』

八田内科医院 院長
八田 告 先生

冬場に流行する感染症について(インフルエンザ、ノロウイルス)

便や吐物の適切な処理方法【感染性胃腸炎(ノロウイルス)】

6

④で密封した袋と手袋を
ビニール袋に入れ、
密封して廃棄し、流水と石けんで
手洗いする



12月7日(土) 開催

『冬に流行する感染症の基礎知識と対策』

冬場に流行する感染症について(インフルエンザ、ノロウイルス)

次亜塩素酸ナトリウム
消毒液の作成方法

※高温のお湯では分解されるので
水で作成すること。

※希釈作成したものは
1日で使いきること。

消毒液名	0.02% 次亜塩素酸ナトリウム消毒 液		0.1% 次亜塩素酸ナトリウム消毒 液	
	水	消毒液	水	消毒液
ミルトン、ミルクポ ンなど(1%消毒 液)	490ml	10ml	450ml	50ml
500mlペットボトル で作成する場合	490ml	キャップ8分 目2杯	450ml	キャップ8分 目5杯
ピューラックス、テキ サント、家庭用のハイ ター、ブライトなど (5~6%消毒液)	498ml	2ml	490ml	10ml
500mlペットボトル で作成する場合	498ml	キャップ1/ 3杯	490ml	キャップ8分 目2杯

12月7日(土) 開催

『冬に流行する感染症の基礎知識と対策』

冬場に流行する感染症について(インフルエンザ、ノロウイルス)

 **感染を拡大させないために次のことに留意してください**

- 発熱、下痢、嘔吐、ひどい咳などお友達や先生に感染させる危険がある時には、無理せずに休ませましょう
- 特にインフルエンザを疑うような症状や家庭状況(お兄ちゃんがインフルだったなど)は要注意

12月7日(土) 開催

『冬に流行する感染症の基礎知識と対策』

八田内科医院 院長
八田 告 先生

冬場に流行する感染症について(インフルエンザ、ノロウイルス)

❗ 感染を拡大させないために次のことに留意してください

- 繰り返す嘔吐や下痢なども自宅療養しましょう。
子供は大人と異なり感染拡大しやすいので要注意。
- 感染者は被害者ですが、
次はあなたが加害者になる可能性があります。

