

えにわ 感染対策チームだよりVol.4

令和2年11月20日発行

新型コロナウイルス対策

～医療・介護における“マスク”の正しい活用法～

新型コロナウイルス対策の基本

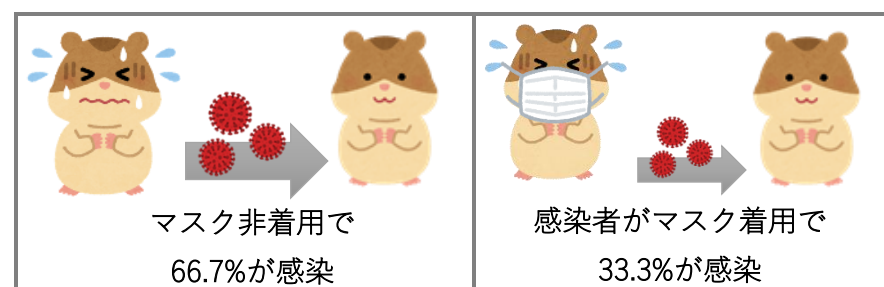
新型コロナウイルス感染予防には、日常的にマスクを着用し、食事の前や帰宅後などの場面で手指衛生を行うこと、定期的に換気を行うことが重要です。

なかでも、屋内や人との距離が十分にとれない場所で常時マスクを着用することは、自分を感染から守るだけでなく、他者を感染から守るためのエチケットでもあります。

マスクの効果

マスク着用の効果は、様々な研究で実証されています。

症状の有無に関わらず、マスクを着用することで、医療・介護職員や利用者を感染から守ることができます。



ハムスターでマスク効果を検証した実験 Clin Infect Dis.2020 May

一部の研究では、吸い込むウイルス量がマスクの着用により減り、重症化を防ぐ可能性が示唆されています。



マスク着用による家庭内感染の予防効果 (BM)Glob Health,2020;5(5)

マスクの種類と特徴

種類		特徴
不織布マスク		・小さな飛沫も漏れさせない効果がある。 ・布に織目がなくウイルスが通過しにくい構造。
布マスク		・繰り返し洗って使える。 ・大きな飛沫を漏れさせない効果がある。 ・布の織目が大きくウイルスが通過する恐れがある。
プラスチックマスク		・口元が見える。 ・前方に飛沫を飛ばさない効果はあるが、その範囲は狭い。 ・感染予防としての使用には適さない。

※勤務中は、不織布製のマスク（可能であればサージカルマスク）の着用をお勧めします。
職場内感染の予防や濃厚接触者を発生させないために有用です。

マスクの正しい着け方

マスクは、鼻から顎まで広く覆えるサイズを選び着用します。鼻から頬にかけての凹凸にフィットさせることがポイントです。性能の良いマスクを着用しても、使い方を誤ると効果を発揮しません。

マスク着用の良い例・悪い例をご紹介します。

良い例	悪い例		
鼻から顎まで広く覆う	鼻が出てますよ！	鼻も口も出てますよ！！	喋る時に外しちゃうの!?

文責：感染管理認定看護師 嶋貴 祐子

〈編集・発行〉

えにわ感染対策チーム **こびりんず**

代表 樋口 秋緒（恵み野訪問看護ステーション「はあと」）

問合せ先 連携センターりんく（恵庭市在宅医療・介護連携支援センター）

☎ 0123-36-0101