

# 『静かなるパンデミック』知っていますか？ ～あなたの手洗いが、自分と周りの大切な人を守ります～

感染管理者・感染管理認定看護師

たかもと きょうこ  
高本 恭子

「薬剤 耐性 菌」という言葉を聞いたことがありますか。抗菌薬（抗生物質）が効かなくなったり細菌のことです。これにより、通常の感染症が治療困難になり、重症化や死亡のリスクが高まります。世界的には「静かなるパンデミック」とも呼ばれ、2050年には年間1,000万人が死亡する可能性があり、がんを超えて死因の第1位になる可能性があると言われています。薬剤耐性菌の拡大を防ぐには市民一人ひとりの行動が重要です。

すぐできる対策として、『手洗い・咳エチケット・ワクチン接種』です。

また、私たちの身近にある感染症も、耐性菌と同様の対策で予防することができます。その中でも「手洗い」は最も基本で効果的な方法です。手には目に見えない多くの細菌やウイルスが付着しており、ドアノブやスマートフォン、食事の前後などで感染を広げる原因となります。正しい手洗いでこれらを除去することで、風邪やインフルエンザ、食中毒などの感染を防ぐことができます。

当院でも患者さんを感染症から守る重要な医療行為ととらえ、必要なタイミングで手指衛生を実施しています。さらに、5月5日は「手指衛生の日」、そして10月15日は「世界手洗いの日」をきっかけに、改めて正しい手指衛生（手洗い・手指消毒）ができるよう啓発活動を行っています。この便りが手元に届くころには世界手洗いの日は終わっていますが、この機会に『手洗い』について振り返ってみませんか。  
『家に帰った時』『食事の前』『トイレの後』



手を洗っていますか。  
あなたの手洗いが、自分と周りの大切な人を守る第一歩です。  
日々の小さな習慣で、健康で安心できる社会を築いていきましょう。