

防護具着脱を一緒にやってみましょう

各施設で使用されている防護具や着脱手順は少しずつ違います。応援先で使用されている防護具の種類、着脱の手順を確認しましょう。
今日は基本的なポイントをおさえて頂ければと思います。



防護具の着脱方法

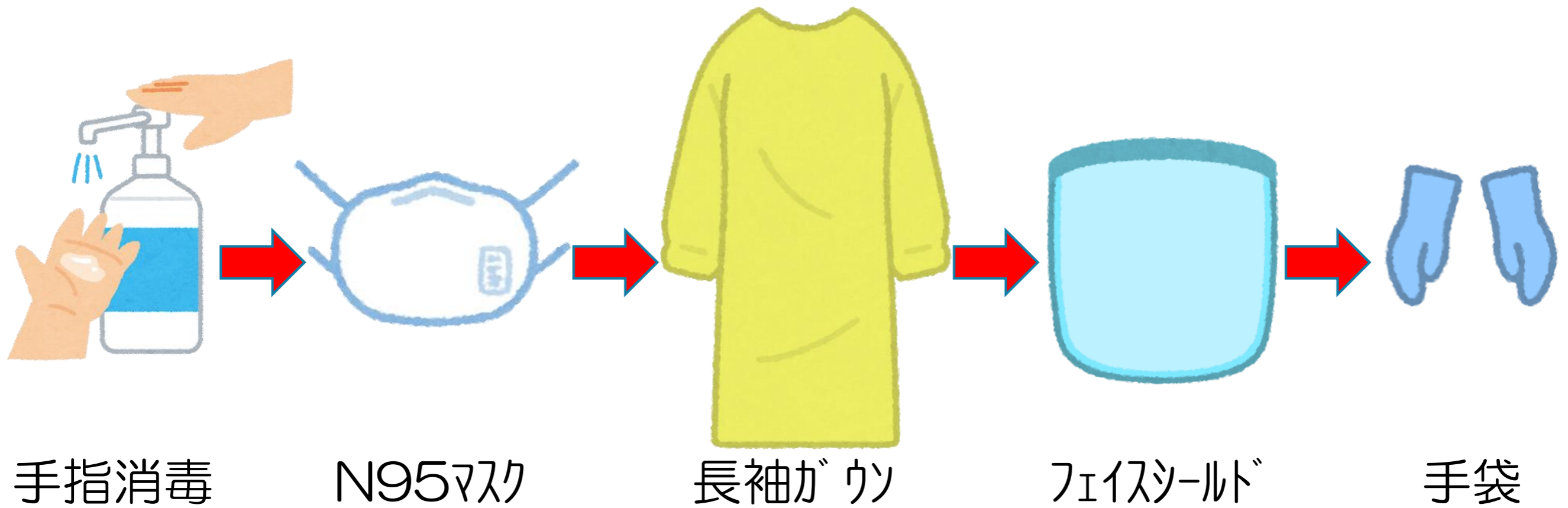
今回は一重手袋、帽子は使用しない方法を練習します。



- N95マスク
- フェイスシールド
- 長袖ガウン
- 手袋1セット

着用手順

防護具の着用順序



STEP 1-1)

手指消毒をする

アルコール製剤による手指消毒手順



1) 手指消毒剤をとる



2) 手の平と手の平を擦り合わせる



3) 指先、指の背をもう片方の手の平で擦る（左右）



4) 手の甲をもう片方の手の平で擦る（左右）



5) 指を組んで両手の指の間を擦る

STEP 1-2)

手指衛生をする

アルコール製剤による手指消毒手順



6) 親指をもう片方の手で包みねじり擦る（左右）
親指の付け根も意識してねじり擦る（左右）



7) 左右の手首を包み込むように
擦る（左右）

手首の消毒までに消毒剤が乾いてしまった場合は
消毒剤の量が不足しています。
最終手順まで乾かない量を取りましょう。



STEP 2-1) N95マスクをつける

顔が覆えているか、折れ曲がっているところはないかなど鏡を見て確認することをおすすめします。



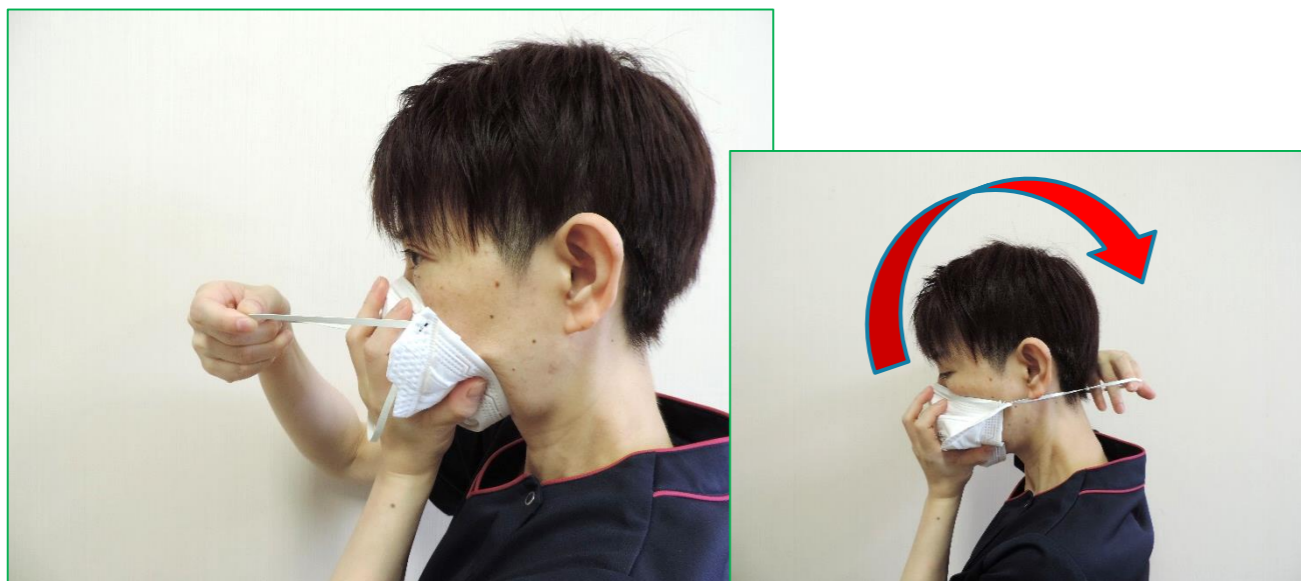
1) マスクの上下を持ち広げる



2) マスクを片手で持ちゴムを2本とも手の甲側にまわす



3) 顎を覆う様にマスクを顔にあてる



4) マスクのゴムを首の後ろにかける



5) もう1本のゴムを頭頂部にかける

STEP 2-2)

N95マスクをつける（顔に密着させる）



6) 頬と鼻にフィットさせるように
ノーズフィッターを指で押さえる



7) 装着後に鏡でゴムのねじれがないか
マスクが内側に折れ込んでいないか
顎まで覆えているか確認する



8) 上縁に手をあて息を強く吐き、
N95マスクと顔の間から息の漏れがないか
確認する下縁も同様に行う（ユーザーシールチェック）

<N95マスクは防水機能がありません>

飛沫が予想される場合は以下の対応を



N95マスク+フェイスシールド

or



N95マスク+サージカルマスク

STEP 3-1)

長袖ガウンを着る①



1) 襟のゴムを首にかける



2) 袖を通す
(親指を袖の穴に通すことで動いても袖が上がってこない。)

STEP 3-2)

長袖ガウンを着る②

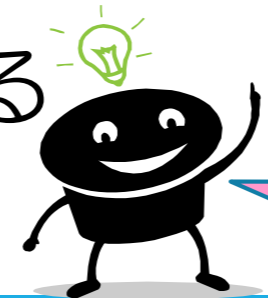


3) 体全体を覆うようにガウンを合わせヒモを後ろで結ぶ

STEP 4 フェイスシールドをつける



- 1) サイドのゴムで長さの調整をする
- 2) フェイスシールドをつける



髪の毛がフェイスシールドの中に入っていることを確認しましょう。

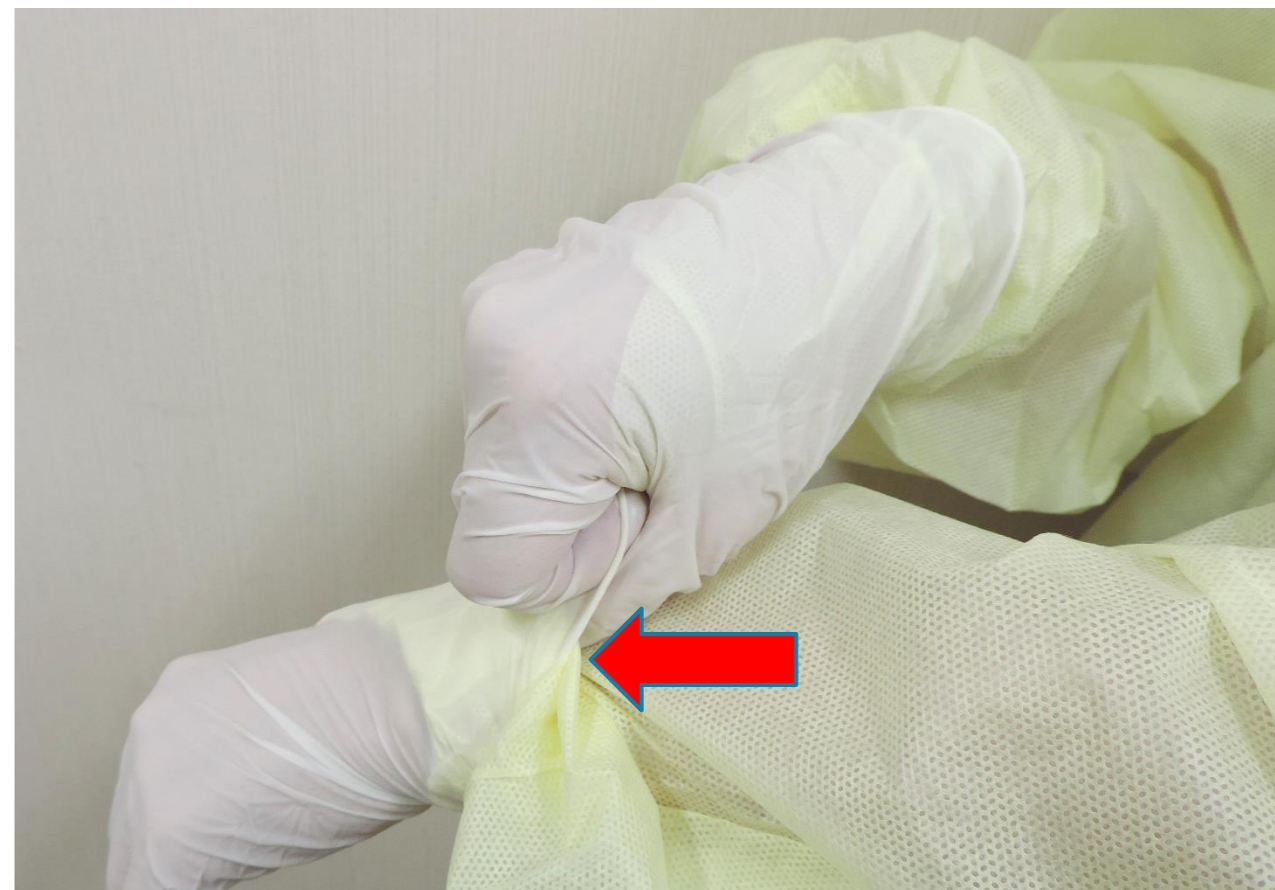
STEP 5

手袋をつける



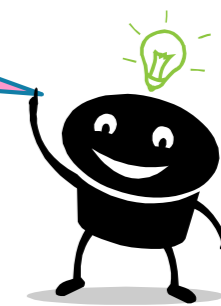
1) 手袋を両手に装着する

* 二重手袋の場合は下側の手袋は袖の内側
上側の手袋は袖の外側になるようにつけてます



2) 手袋の手首部分を伸ばし、 手首が出ないようにガウンの 袖口を手袋の中に入れる

連続して処置を行う時には、手袋の交換をします。



STEP 6 着用完成



髪の毛が出ていないか、覆えていない部分はないか。
などの最終確認をしましょう。
鏡がない場合は他の人に確認してもらいましょう。



脱衣手順

*脱衣した防護具は感染性廃棄物として廃棄する

脱衣手順

防護具を脱ぐ順序

室外へ

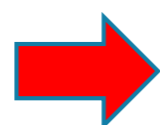


長袖ガウン

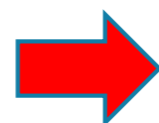
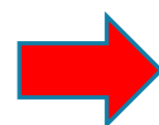
&



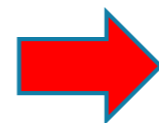
手袋



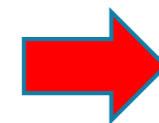
手指消毒



フェイスシールド



N95マスク



手指消毒

STEP 1-1) 長袖ガウンを脱ぐ (首の後ろの紐を引きちぎる)



ガウンの『前面：汚染面』
『背面と内側：非汚染面』と位置づけます。



- 1) 首の周りを汚染しないようにガウンの前面を持ち前に引っ張り首の後ろ部分を引きちぎる

STEP 1-2)

長袖ガウンを脱ぐ

(手袋を外しながら腕を抜く①)



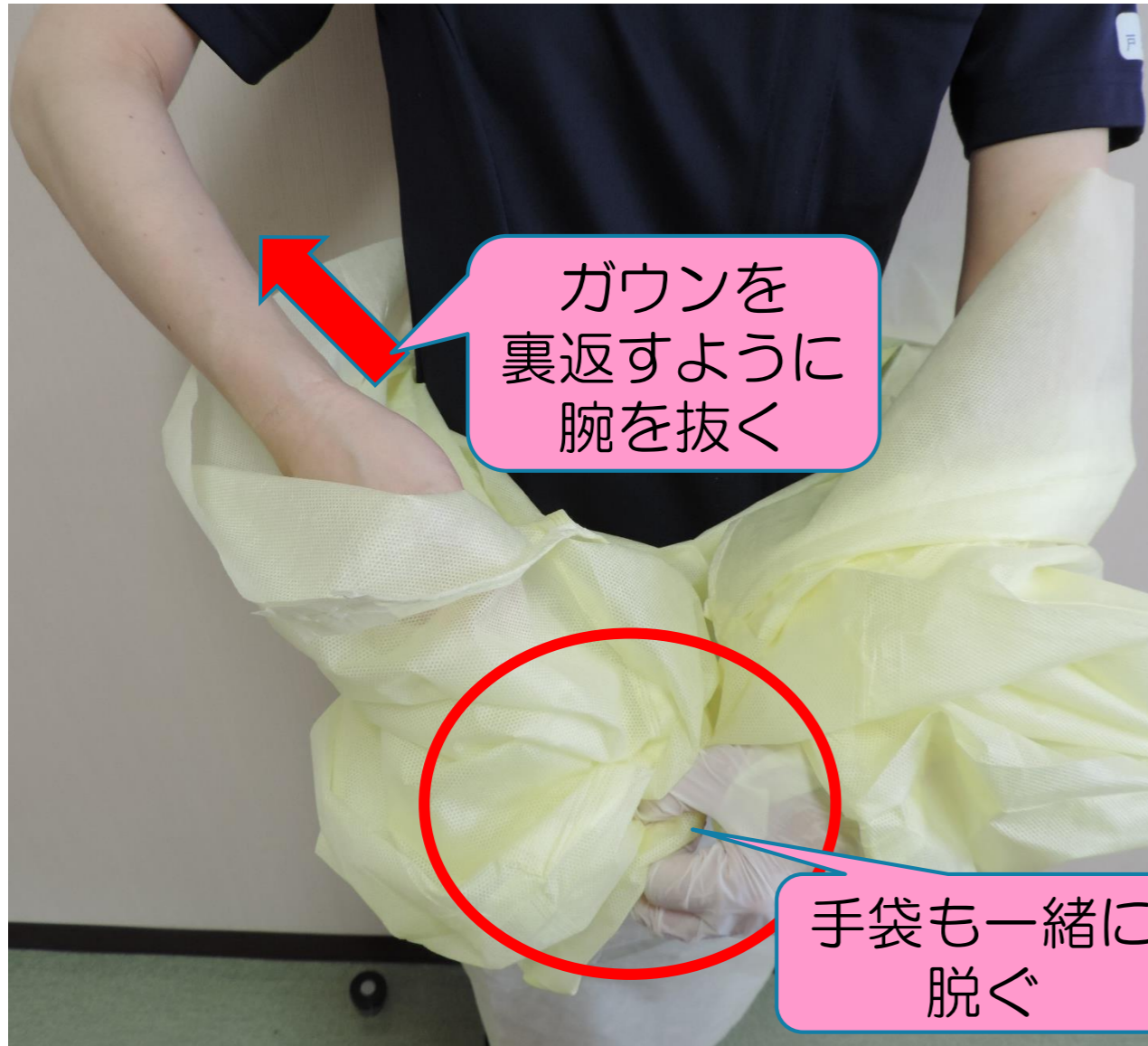
2) ガウンをつかんだまま
腕を下ろす



3) ガウンの袖口と手袋を
反対側の手でつかむ

STEP 1-3)

長袖ガウンを脱ぐ（手袋を外す・腕を抜く②）



4) 袖口と手袋をつかんだまま
手袋を外しながら腕を抜く

5) 手袋を外した方の手をもう一方
のガウンの内側に差し込み
手袋を外しながら腕を引き抜く

STEP1-4)

長袖ガウンを脱ぐ（腰ヒモを外す）



内側は非汚染面
なので素手で
触ってOK

6) 上半身部分を外側に丸める



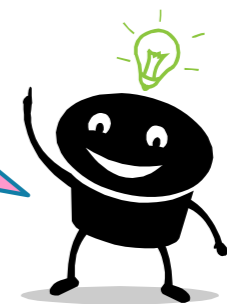
7) 丸めたガウンを
体の前方へ強く引き、
腰ヒモをひきちぎる

STEP1-5) 長袖ガウンを脱ぐ (脱衣完了)



8) 汚染面が内側になるように体から離してまとめる

自分を汚染させないよう、体から離しまとめるように意識しましょう。



STEP1-6) 長袖ガウンを脱ぐ (廃棄・手指消毒)



9) 廃棄する



10) 手指消毒

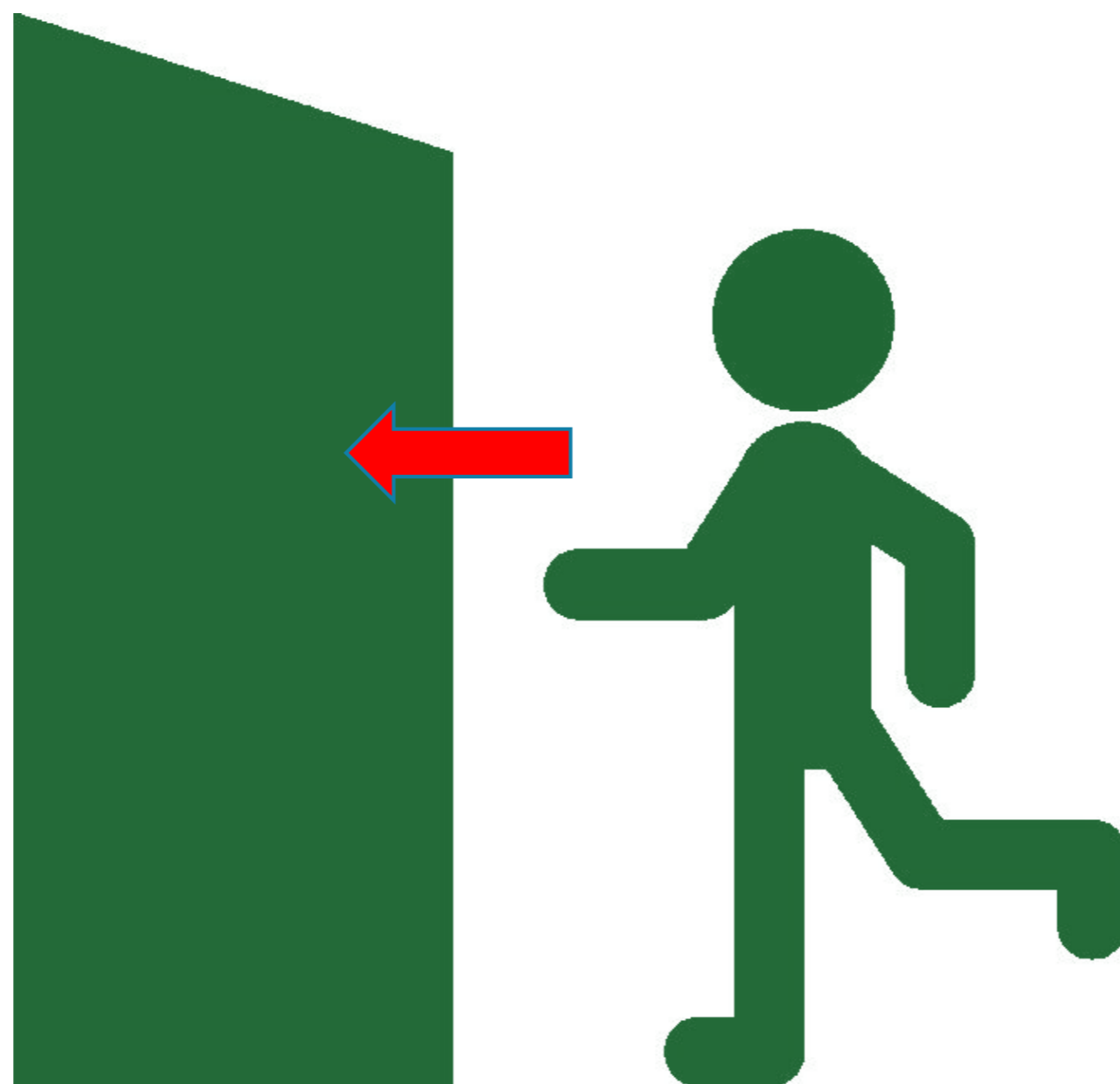
複数の陽性患者を受け持つ場合は、どこまで交換するのか応援施設の対応を確認しましょう。

- 例)
- 手袋のみ交換 (最低限これは必要！！)
 - 手袋と長袖ガウンを交換
 - 長袖ガウンの上にビニールエプロンをつけ、患者ごとエプロン、手袋を交換 など



STEP2

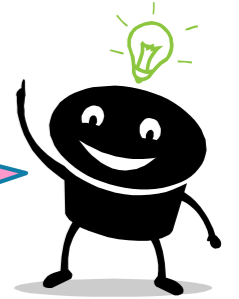
患者ゾーンから出る



STEP 3

フェイスシールドを脱ぐ

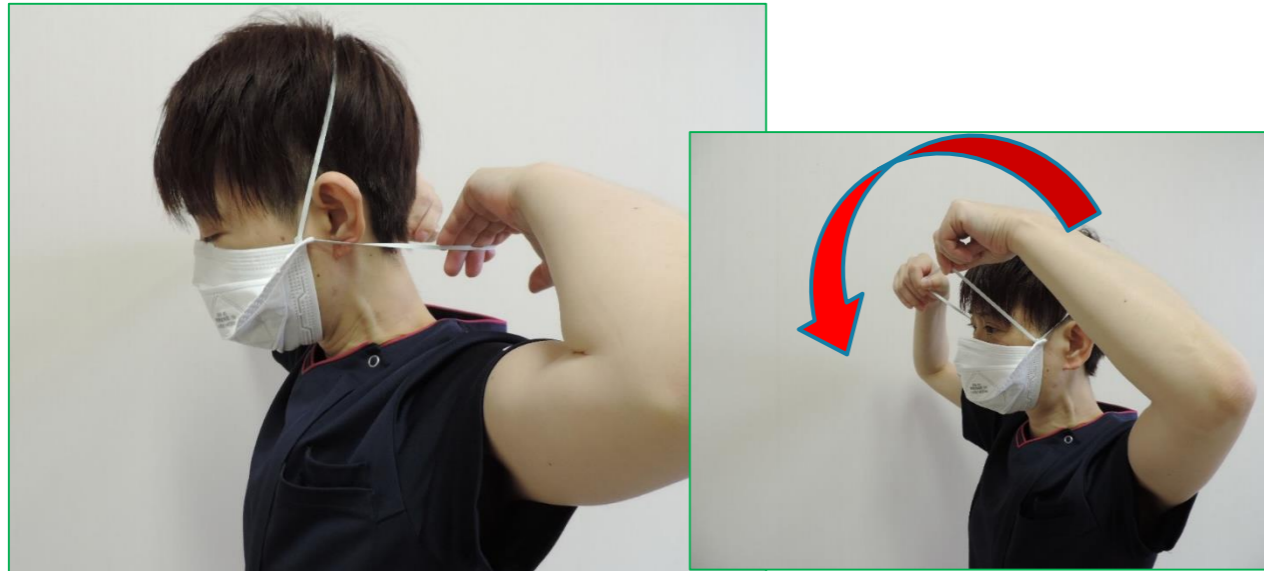
フェイスシールドや、マスクの『前面：汚染面』
『後面：非汚染面』と位置づけます。



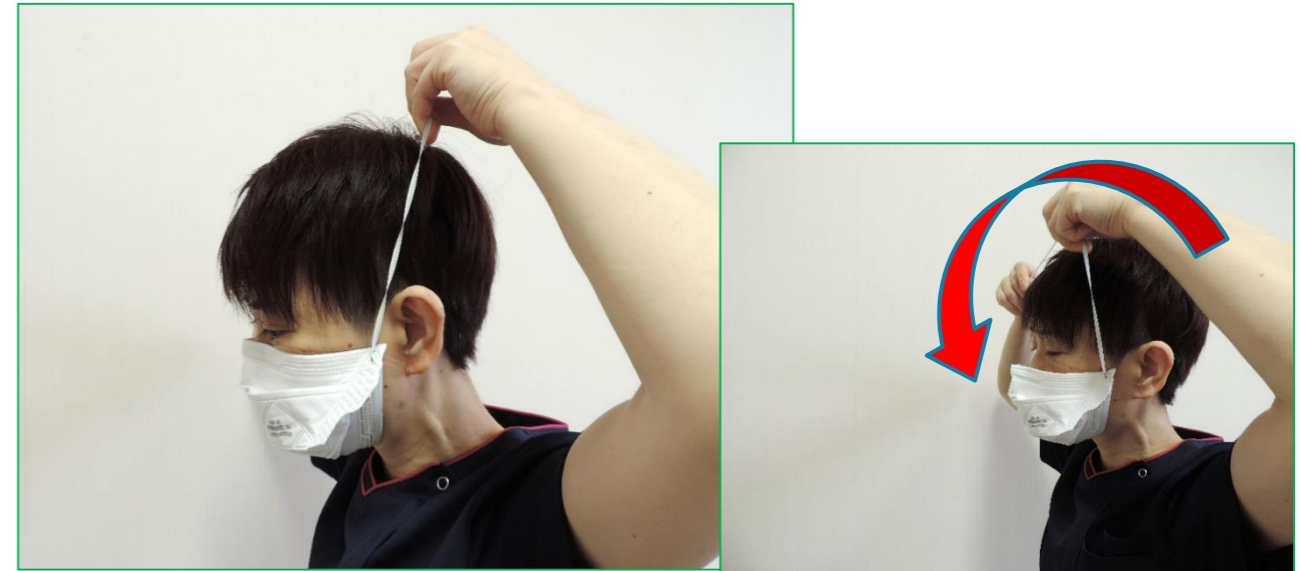
1) フィルムの前面を触らないよう後面のゴム部分を持ち外す

*フェイスシールドを再利用する場合は保管前に表面の消毒をしましょう。

STEP 4 N95マスクを脱ぐ



1) 下側のゴムの後ろ側を持ちマスクの表面に触れないように前にもって来る



2) 下側のゴム同様に上側のゴムを持ち外す



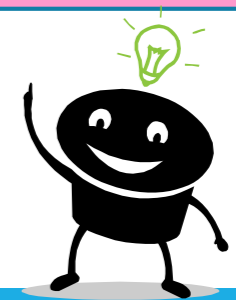
3) マスクが外れて跳ね上がらないように注意しながら静かに外す



4) N95マスクの表面に触れないように廃棄または保管する

<N95マスクの交換>

マスクの破損、変形、血液や体液による汚染があった場合は再使用可能な製品であっても交換しましょう。



STEP 5

手指消毒

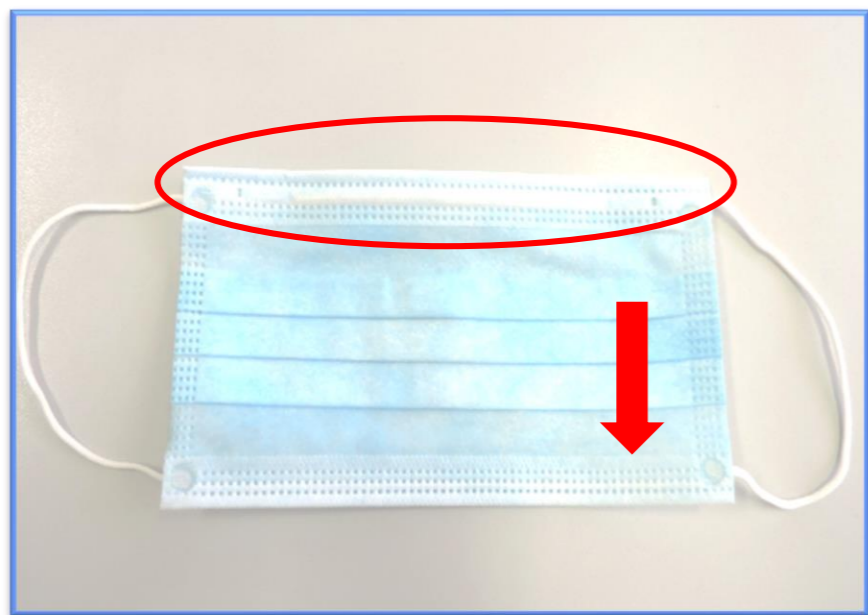


STEP 6

不織布マスクをつける



ちなみに・・・ 不織布マスクの裏表知ってますか？



マスクの上下、裏表を確認する
ノーズフィッター（ワイヤー）のある
方が上プリーツが下向きになる方が表（外側）



不織布マスク
表（外側）
撥水機能あり→外部から守る
裏（内側）
吸湿性あり→外部へ出さない

おつかれさまでした！

最後に・・・

前半でもお話ししましたが、
感染対策の基本は「感染しない」「感染させない」ことです。
個人防護具を適切なタイミングで適切に着て、脱ぐ。
手指衛生を適切なタイミングで行う。
それらの実践が患者さん、
みなさま、そしてみなさまのご家族を守ることにつながります。

