

★ 感染防具の着脱と廃棄の仕方 ★ (約6分)

評価項目	実際に行う行為・行動	備考・メモ	評価
0 必要物品の準備	<p>ガウンタイプPPE 未滅菌手袋（インナー手袋・アウター手袋） N95マスク・キャップ・フェイスシールド ラビジェル・エタワイパー <必要時> ポケット用ビニール袋・ガムテープ ビニール袋に入れたPHS 鍵（洗える状態のもの）</p>	<p>・レッドゾーンではPHSはビニール袋に入れた状態で使用する。</p>	
《着衣》			
1 手指消毒	<p>・着衣の前に手洗い手指消毒をする。</p>		
2 ガウンの装着	<p>・ガウンを袋から表面を触らないように取り出し、床に付かないように広げ、表面に触らないように片方ずつ腕を通します。 ・首の後ろのマジックをつけます。 ・背中部分が重なるように整え、紐を前にもってくる。 ・腰ひもを横で結びます。（汚染防止のため、真正面は避け、横にずらして結ぶ）</p>	<p>*ガウンの紐が床に付かないよう注意する。 *右後ろ身ごろが下、左後ろ身ごろが上、になるように重ねる (それから右手を抜くと、ちょうど腰のあたりにひもがあります。紐の位置がわかりにくいです)</p>	
3 (必要時ポケットを作る)	<p>・ガウンにビニール袋をガムテープなどで取り付け、ポケットを作る。(直接貼り付けても可)</p>		
4 N95マスクを装着する。	<p>・N95マスクを袋から出して、上下を確認し、しっかり広げる。 ・鼻、口を覆うように顔に押し当てます。 ・マスクをしっかり押しさえながらゴムの1本を下部（首の後ろ側）にかけ、もう1本は上部（頭の上側の安定する位置）にする。 ・すき間がないように自分の鼻の形に合わせる様にワイヤーを指先で押さえます。 ・あごのラインに沿って覆われているか確認します。</p>	<p>・マスクの上と下の中央をもって大きく広げ形を作る。 ・N95の中央と鼻中央を合わせて、上からかぶせるように装着するとめくれにくい。</p>	
5 フィットチェックする	<p>・両手でマスクを覆い息を吐いて空気がもれないか、 ・息を吸ってマスクが吸い付く感じがあるか、フィットチェックする。</p>	<p>*変な所から空気が漏れないか、1~2秒でできることです。必ずチェックすること。自分を守ることです。</p>	
6 キャップの装着	<p>・キャップを取り出し、頭髪が外に出ないように装着する。 ※ 耳は入れるのが基本だが、聞こえなくて仕事の支障になる場合は、耳を出して使用</p>	<p>※ 髪の毛が出ていないか、鏡を見て装着する。他のスタッフにも見てもらい確認する。</p>	

7	手袋を装着	<p>①インナー手袋を装着</p> <ul style="list-style-type: none"> ・手袋を箱から取り出し手首の部分をもって、装着します。 ・インナー手袋は、ガウンの袖口で手袋を覆い、手首部分はガウンの下になるように装着する。 ・両手の指を組んでフィットさせます。 <p>②アウター手袋を装着</p> <ul style="list-style-type: none"> ・アウター手袋を装着し、ガウンの袖口を覆います。ガウン袖口が下、手袋が上になるようにします。 	<p>*なるべく外側に触れないようにします。</p> <p>*手袋の親指部分の位置を確認してから指を入れます。</p> <p>*ガウンの手首部分の袖を持って手袋に入れて指を合わせて、奥まで入れると、手首部分を十分に覆って装着することができます。</p>	
8	PHS・鍵の携帯	<ul style="list-style-type: none"> ・ガウンの上にしたポケットに、小ビニール袋に入れたPHSと、鍵を入れる。 		
9	フェイスシールドの装着	<ul style="list-style-type: none"> ・フェイスシールドを着用する。 		
10	着用状態の確認	<ul style="list-style-type: none"> ・自分で鏡を見て、着用状態の確認をする。 ※他のスタッフに確認してもらうことが理想です！ 		
11	レッドゾーンに入る。			
12	手指消毒剤を携帯	<ul style="list-style-type: none"> ・汚染区域内に入ってから、所定の位置に置いてある手指消毒剤のボトルとポーチを装着する。 	<p>個人用のラピジェルはレッドゾーン内では使用しない。</p>	
《脱衣》				
1	手指消毒	<ul style="list-style-type: none"> ・脱衣の前に必ず、まず、アルコール手指消毒をします。 	<p>ケアが終わったら、必ず手指消毒します。</p>	
2	手指消毒剤を戻す	<ul style="list-style-type: none"> ・汚染区域内で、ポーチをはずし、アルコール除菌シートで消毒して、汚染区域用 擦式手指消毒剤とポーチを所定の位置に戻す。 		
3		<p>レッドゾーンからイエローゾーンへ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・必ず、擦式手指消毒をして、汚染区域から準汚染区域へ移動します。 		
4	アウター手袋を外す	<ul style="list-style-type: none"> ・表面は汚れているため、始めは、片方の手袋の外側の手首部分をつまみ、汚れている面が内側になるように裏返すようにはずし、手袋をしている手に握ります。 ・もう片方の手袋の手首の内側に、(きれいなインナー手袋の状態の)親指を差し込み、外側を触らないように、裏返しながらか握っていた脱いだ手袋と一緒に、汚染された面が内側になるように丸め込んで脱いで破棄します。 	<p>*手袋を外す前には、必ず手指消毒をする……手袋表面のウイルス量を減らす意味も兼ねている。</p> <p>*手袋の汚染された外側を、きれいなインナー手袋で触らないように、注意しながら外す。</p>	

5	察式手指消毒を必ずする	<ul style="list-style-type: none"> 手袋には目に見えない穴があいていたり、穴が開いている可能性があるため、アルコール手指消毒を必ずします。 		
6	PHSと鍵を出す	<ul style="list-style-type: none"> ガウンに付けたビニールポケットからPHSと鍵を出して、イエローゾーンの指定された場所に置く。(例：バット・テーブル) 	後で消毒をして、グリーンゾーンに持ち帰る。	
7	ガウンを脱ぐ	<ul style="list-style-type: none"> まず首のマジックテープを外します。 腰ひもをほどきます ガウンの袖口より内側に手（指）を入れ、外側に触らないように片腕を途中まで（手だけ）引き抜きます*①。 (汚染面をつかめる手袋をつくります) その手（袖を被せたの手）で、もう片方の手首あたりをもって反対の腕を引き抜きます。 	<p>*インナー手袋はきれいなものとみなします。ガウンの外側は、汚染されているとみなします。外側には絶対に触らないように脱衣します。</p> <p>*① 手首の端は、アウター手袋で覆われていたので汚染が少ないとみなし、端であれば、つまんで袖を引き抜いてもよいでしょう。</p>	
		<ul style="list-style-type: none"> 腕を引き抜いた方の、肩の部分をキープした手にかぶせて、きれいな部分をつくります。 抜いた手で、そのきれいな部分をしっかりとつかんで引っ張り、反対の腕も抜き、反対側の肩の部分も中表に半分たたんで、汚染面に触れないように中表に折り込んでいく。 汚染された外側が内側になるよう巻き込んで折りたたみ丸める。 自分の手と身体に汚染面が触れないように、紐が床に付かないように、汚染面はすべて内側に丸めて、医療感染ごみ(バイオハザード)に破棄する。 	<ul style="list-style-type: none"> 反対側の肩部分をかぶせるときには、きれいな手に汚染面をかぶせないように注意する。 <p>※基本は、今、自分の手がきれいと思わずに、汚染されているのか。どこがきれい、どこが汚染された面か。どこを触っていいのか、いけないのかを注意しながら脱ぐことが重要です。</p>	
8	手指消毒	<ul style="list-style-type: none"> アルコール手指消毒をする。 		
9	フェイスシールドを外す	<ul style="list-style-type: none"> フェイスシールドをはずし、イエローゾーンの指定された場所（バットなど）にのせます。 		

10	キャップを外す	<ul style="list-style-type: none"> ・キャップの外側をつまみ、はずして破棄する。 ・アルコール手指消毒をします。 	<p>キャップの外側を触ったので、この手は汚染されたという意識をもって、手指消毒をするまでは、ほかの部分に絶対に触らないという意識を持つことが大切です。</p>	
11	インナー手袋を外す	<ul style="list-style-type: none"> ・アウター手袋と同様の方法でインナー手袋をはずします。 		
12	手指消毒	<ul style="list-style-type: none"> ・手袋を取ったら必ず手指消毒をする 		
13	N95マスクを外す	<ul style="list-style-type: none"> ・N95マスクの下のゴムを外し、そのゴムを片手で持ったまま上のゴムも外して、顔から静かに外す ・ゴムをだけを持って、破棄する。 ・保管する場合は、各部署の保管方法に順ずる。 (安全・清潔に保管することに注意する) ・アルコール手指消毒をして、新しいサージカルマスクを装着 		
14		<p>イエローゾーンからグリーンゾーンへ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・グリーンゾーンで手洗い、手指消毒を実施 		