



Stay Healthy

感染対策と ハンドケア



ご存知でしたか? 手荒れは感染症のリスクを高めます。

出かけた先々での手指のアルコール消毒、帰宅時の手洗いやうがいは、もはや常識ですね。

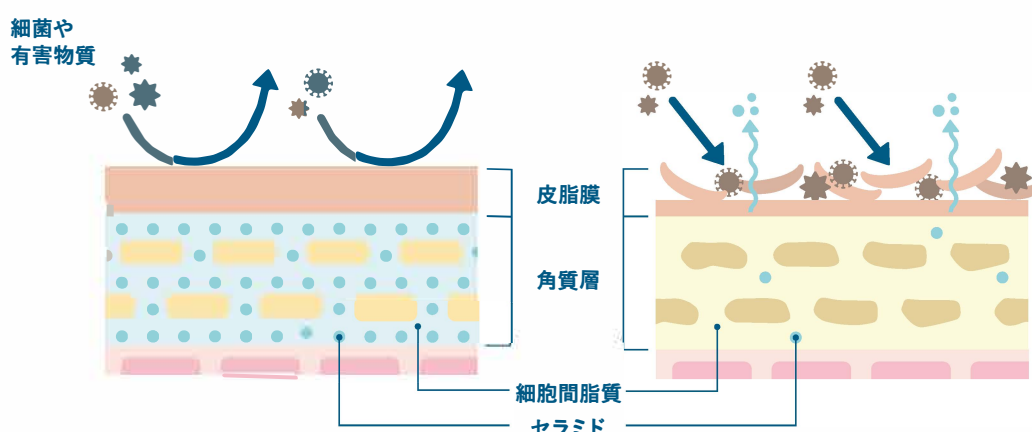
一方で、お料理や食器洗い、洗濯、掃除など、家でも水仕事は避けられない状態。

これからの寒い季節、手荒れの悩みは増える一方です。

対策としては、水に触れた後はしっかりと水気をふき取り、ハンドクリームなどで保湿保護することが重要。皮膚表面のバリアを補い、手荒れを防ぐことができます。

皮膚の表面には、厚さわずか0.02mmの角質層という組織があり、「バリア機能」という重要な役割を担っています。角質層の中の細胞間脂質にはセラミド等が含まれていて、外部からの細菌や有害物質の侵入を阻止し、肌内部からの水分蒸発を防いでくれます。健康な肌は、角質層が持つ「バリア機能」によって守られているわけです。

ところが手荒れになると、この機能が失われてしまうのです。



手荒れにともなう感染対策に、適切なハンドケアを。

手荒れとは一般的に、皮膚が水分を失い、乾燥するとともに粉をふいたような状態になったり、炎症を生じたりすることですが、かゆみやひび割れなどの症状を伴うこともあります。

さらに、感染症のリスクも高めるという研究結果があり^{※1}、皮膚細菌叢を変化させ、黄色ブドウ球菌などの病原菌を常在化させることもわかっています。

手荒れ予防にハンドケアを行うことは、医療従事者のQOLを高めるだけでなく、感染防止の立場からも重要な因子である^{※2}という報告もあります。

保湿効果の高いハンドクリームなどでケアすれば、手荒れが予防できます。

また、手肌を清潔にしながら保護もできる、スキンケア製品も発売されています。

さまざまな製品をうまく利用して、元気にお過ごしください。

※1: 手指衛生パーフェクトガイド (インフェクションコントロール2008年秋季増刊)

※2: 西田博 食中毒の危険性のある手荒れと病原性ブドウ球菌の衛生学的考察(1985)

