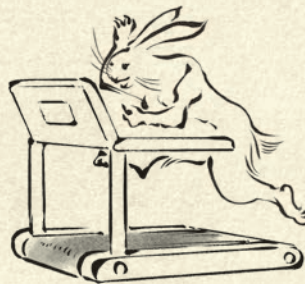
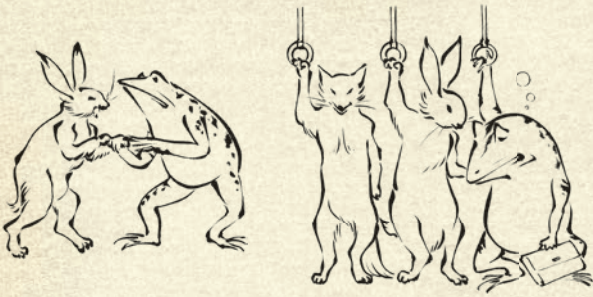


え!?

# いたるところが**感染源**



# 感染症対策 [虎の巻]

## 一 感染症発症の仕組みを知る

感染症は原因となるウイルスや細菌などの病原体が体内に侵入し、増殖して症状を引き起こすことで発症します。そのため、まずは何よりも侵入を防ぐことが重要。病原体が潜む感染源と感染経路を把握することで、効果的な対策を立てることができます。

### 飛沫感染

感染者の会話やせき・くしゃみで飛びしぶき（飛沫）に含まれる病原体が目や鼻、口の粘膜から侵入

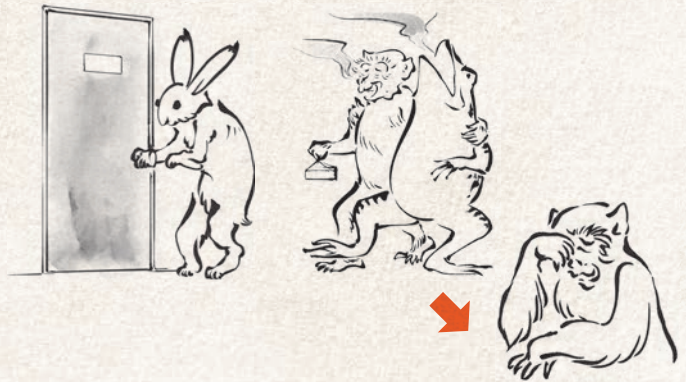


### 空気感染

感染者の飛沫が乾燥して空気中に滞在、病原体が目や鼻、口の粘膜から侵入

### 接触感染

感染者本人や感染者が触れたものに触れることで病原体が手に付着



病原体が付着した手で顔を触ることで、病原体が目や鼻、口の粘膜から侵入

①

## 一 手洗いで病原体の侵入を防ぐ

病原体はいたるところに存在するため、生活の中から完全に除外することは不可能です。しかし、体内に侵入さえしなければ感染はしないので、仮に皮膚に病原体が付着しても、そこで殺菌できれば感染を防ぐことができます。外出の後などは、特に意識して手洗いすることが重要です。



流水でよく手をめらした後、石けんを付け、手のひらをよくこする



手の甲を伸ばすようにこする



指先・爪の間を念入りにこする



指の間を洗う



親指と手のひらをねじり洗う



手首も忘れずに洗う

25秒以上  
洗う

②