

COVID-19: 家庭内の感染対策

広島市立北部医療センター—安佐市民病院

感染管理認定看護師 森合 真治

2022/8/16

感染者と他の同居者の部屋を可能な限り分ける

- ・ 可能であればホテル療養する
- ・ 感染者が療養する部屋と他の家族がいる部屋をできるだけ分ける
- ・ 窓があるなど、換気の良い個室とする
- ・ 感染者は極力部屋から出ないようにする
- ・ 感染者の行動を制限し、共有場所（トイレ、バスルームなど）の利用を最小限にする
- ・ 換気を十分に行う

小さなお子さんがある、部屋数が少ないため、部屋を分けることができない場合

- ・ 感染者から可能な限り2 m以上の距離を保つことや、仕切りやカーテンなどを設置
- ・ 可能な限り食事、眠るときも別室にする
- ・ 同じ部屋で寝るときは、頭が向き合うように枕の位置をそろえて並んで寝るのではなく、互い違いにする

感染者の世話をする人は、できるだけ限られた方にする

感染者の身の回りの世話がが必要な場合、世話する家族に、感染する可能性があるため、可能な限り一人に決めておいた方がよい（心臓、肺、腎臓に持病のある人、糖尿病の人、免疫の低下した人、乳幼児、妊婦等の方はなるべく避ける）

できるだけ全員がマスクを使用する

- ・家庭内でも感染者、家族の両方がマスクを着用する
- ・マスクを外す際には、ゴムやひもをつまんで外し、マスクの表面には触れずに廃棄
- ・マスクを外した後は必ず石鹼で手を洗ってください（アルコール手指消毒剤も可）
- ・マスクが分泌物で濡れたり汚れたりした場合は、新しい清潔なマスクと交換する

小まめに手洗いをする

- ・ウイルスのついた手で目や鼻、口などを触ると粘膜・結膜を通して感染する事がある
- ・家族はこまめに石鹼を用いた手洗いもしくはアルコール消毒をする

取っ手、ドアノブなどの共用する部分を消毒する

- ・ タオルや食器、箸、スプーンなどを共用しない
- ・ トイレやお風呂は、家庭用の掃除用洗剤で清掃する
- ・ タオル、衣類、食器、箸・スプーンなどは、通常の洗濯や洗浄を行う
または使い捨ての紙皿を使用する
- ・ 洗濯、洗浄後は手洗いを行う
- ・ 洗浄後は天日干しをするなど、しっかり乾燥させる
- ・ 食洗機、衣類乾燥器の使用も有効である
- ・ 洗浄前のものを共用しない。タオルは、トイレ、洗面所、キッチンなどで共用しない
- ・ ドアの取っ手やノブ、ベッド柵など感染者が接触した場所は、0.05%の次亜塩素酸ナトリウム（薄めた漂白剤、ハイター）またはアルコールで拭く
- ・ トイレや洗面所の清掃をこまめに行う

ゴミは密閉して捨てる

- ・ 鼻をかんだティッシュなどはビニール袋に入れ、室外に出すときは密閉して捨てる
- ・ その後は直ちに手洗いを行う

日中はできるだけ換気をする

- ・ 感染者のいる部屋は定期的に換気する
- ・ 他の家族がいる部屋も換気する
- ・ エアコンなどの空調や換気扇をまわしたり、日中に窓を開ける

トイレ

- ・感染者が使用後に、0.05%の次亜塩素酸ナトリウム（薄めた漂白剤、ハイター）またはアルコールで拭く
- ・家にトイレが2か所ある場合、1か所を感染者用にする

入浴

- ・感染者は最後に入浴する
- ・使用後は清掃、換気する

厚生労働省

家族が新型コロナウイルスに感染した時に注意したいこと

お子さまが新型コロナウイルスに感染した際の対応について

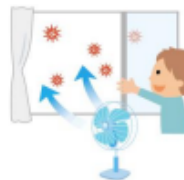
家族が新型コロナウイルスに感染した時に注意したいこと

1. 部屋を分ける



個室にしましょう!
部屋を分けられない場合は、2m以上の距離を保ったり、仕切りやカーテンの設置などをおすすめします。

2. 窓を開けて換気



定期的に換気しましょう。
共用スペースや他の部屋も窓を開けっ放しにするなど換気しましょう。

3. マスクを着用



マスクを隙間なくフィットさせ、正しく着用しましょう。
外す時は表面に触れないように紐部分を持ち、外した後は手洗いを。

4. こまめな手洗い 手で触れる部分を消毒



こまめに石鹸で手洗いし、アルコール消毒しましょう。
・ドアの取っ手、ベッド柵、トイレ、洗面台など**共用部分を消毒**しましょう。

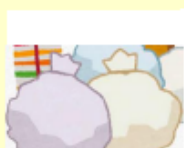
※新型コロナウイルスの消毒・除菌方法につきましては、「新型コロナウイルスの消毒・除菌方法について*1」を御確認ください。

5. 汚れたリネン・洋服を洗濯



汚れた衣服やリネンは、手袋とマスクを着用し、一般的な**家庭用洗剤**で洗濯し完全に乾かしてください。

6. ゴミは密閉して捨てましょう



鼻をかんだティッシュ等は、すぐにビニール袋に入れ、**室外に出すときは密閉して捨てる**てください。手洗いも忘れずに。

☑お世話は出来る限り、限られた方で対応しましょう。

心臓、肺、肝臓に持病のある方、糖尿病の方、免疫の低下した方、妊婦の方などが感染者のお世話をするのは避けて下さい。

☑療養者は外出を避けて下さい。療養期間中は感染を広めてしまう可能性があります。

☑ご家族、同居されている方も熱を測るなど健康観察をし、 外出は避け、体調不良時は、登校や出勤をお控えください。

ゼロ密を目指す、こまめな手洗い、正しいマスクの着用を徹底しましょう



お子さまが新型コロナウイルスに感染した際の対応について



☑お子さんの観察ポイント

・ご機嫌、食欲、顔色、呼吸の様子などを観察してください。ご機嫌がよく、食欲があり、顔色が普通であれば基本的に心配りません。

・意識がはっきりしない、機嫌が悪い、食欲が低下している、水分がとれない、顔色が悪い、息苦しそう、嘔吐を繰り返すなどの場合は担当保健所、またはかかりつけ医に早めにご相談ください。

1. 窓を開けて換気

定期的に換気をしましょう。

共用スペースや他の部屋も頻繁に換気を行いましょ。



2. 可能な範囲で部屋を分ける

可能な範囲で部屋を分けましょう。

部屋を分けられない場合は、仕切りやカーテンなどで工夫するなど、接触する時間をなるべく短くするよう心がけましょ。

3. 可能な範囲でマスクを着用

児童本人を含め、同居家族全員はできるだけマスクを着用しましょ。

ただし、2歳未満のお子さまへのマスクの着用は、息が詰まるなどの危険があるのでやめましょ。



4. こまめな手洗い・幅広い消毒

こまめに石鹸で手洗いし頻繁に触れるものは消毒しましょ。

テーブルや椅子、ドア、テレビやエアコンのリモコン、トイレ(便座など)、おもちゃ、文房具などは幅広く消毒しましょ。

5. 洗濯・掃除

着衣の交換・洗濯、清掃等を徹底しましょ。

洗濯は通常の洗剤を用い、特別な対応は不要です。



6. ゴミは密閉して捨てましょ

室外に出すときは密閉して捨てましょ。

鼻をかんだティッシュ等は、すぐに2重のビニル袋で密閉し捨てましょ。手洗いも忘れずに。



☑お世話は出来る限り、限られた方で対応しましょ。

・自らの体調管理、体調不良の意思表示が十分にできないことに留意し、健康状態のチェックを入念に行いましょ。

☑お世話をする方が感染した場合について。

・お子さまのお世話に関して相談したい場合は、自治体、保健所などに御連絡ください。

ゼロ密を目指す、こまめな手洗い、正しいマスクの着用を徹底しましょ

