

PPEの着脱方法について

令和7年10月3日（金）

八尾市立病院
感染管理特定認定看護師 道野 真美亜



目標

正しく個人防護具（PPE）の
着脱ができる

ノロウイルス集団感染による影響

事例 1

2007年1月、青森県。
介護老人保健施設で
入所者・職員・通所
者含め**105名が発症**。

事例 2

2015年、東京都。
高齢者施設で16名
の集団感染が発生し
**そのうち男性1名が
嘔吐物による窒息死**。

事例 3

2016年1月、大分県。
住宅型有料老人ホーム
及び温泉付きホテルで
ホテル利用者・施設入
居者・職員総勢**46名
が発症**。

経営にも影響する集団感染のリスク

ノロウイルスによる集団感染が発生し通所サービスを停止した場合の損失(推計)
 $37,856\text{単位} \times 10\text{円} \times 5.7\text{日} = 2,157,792\text{円}$ 、**およそ215万円の損失**

個人防護具使用の目的

個人防護具：personal protective equipment（PPE）

PPE使用の目的

- ① 着用者自身を病原体や汚れから守る
- ② 適切な着脱や交換により、他者や周囲の環境の汚染を防ぐ

PPEの種類

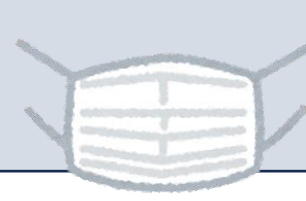
手袋



袖付きガウン、ビニールエプロン



マスク



アイシールド



PPE使用のポイント

実際に現場ではどうでしょうか？

- ・正しいPPEを選択できていない…
- ・正しいPPEの着脱ができていない…
- ・指導する人がいない…



ポイント

適切なPPEの選択と正しい着脱

定期的なトレーニングを実施することが重要

標準予防策における 個人防護具の選択

湿性生体物質が

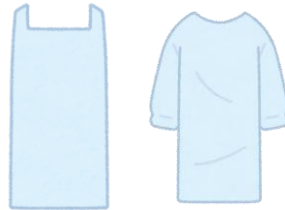
血液、汗を除く体液、分泌物、排泄物、傷のある皮膚、粘膜

手に触れる



手袋

衣服や身体
に触れる



エプロン
ガウン

口や鼻の粘膜
に接触する時



サージカル
マスク

目の粘膜に
接触する時



アイガード
フェイスシールド

➡ 汚染が予想される部分を防護するPPEを選択

標準予防策＋感染経路に応じたPPE

感染経路別
予防策

空気
予防策



飛沫
予防策



接触
予防策



感染症にはそれぞれ
主な感染経路がある



感染経路別の対策を追加する

【麻疹の感染経路】

空気、飛沫、接触感染

標準予防策＝**すべての人**に行う感染対策

血液、汗を除く体液、分泌物、排泄物、傷のある皮膚、粘膜には
感染性があると考え取り扱う

	接触予防策 [←]		飛沫予防策 [←]	空気予防策 [←]	
	(アルコール有効)		(アルコール無効) [←]		
感染症 [←] 対象例 [←]	MDRP(多剤耐性緑膿菌) [←] CRE (カルバペネム耐性腸内細菌科細菌) [←] VRE (バンコマイシン耐性腸球菌) [←] EKC (流行性角結膜炎) [←] など [←]		CDI(<u>Clostridioides</u> <u>difficile</u> 感染症) [←] ノロ、ロタなどの感染性腸炎 [←] [←]	インフルエンザ [←] 風疹 (接触も追加) [←] 流行性耳下腺炎 [←] 百日咳 [←] [←]	結核 [←] 麻疹 (飛沫+接触も追加) [←] 水痘 (接触も追加) [←]
ピクトグラム [←]					
感染対策 [←]	アルコール手指消毒 [←] ・手袋・エプロンまたはガウンを装着して入室。 [←] [←] [←] [←]		退室後は流水+石鹸による手指衛生 [←] ・手袋・ガウンを装着して入室。 [←]	アルコール手指消毒 [←] ・サージカルマスクとアイシールドを装着して入室。 [←]	アルコール手指消毒 [←] ・N95 マスクを装着して入室。 [←] ・ドアの開放禁止。 [←]

当院の運用例

フルPPEの着脱手順

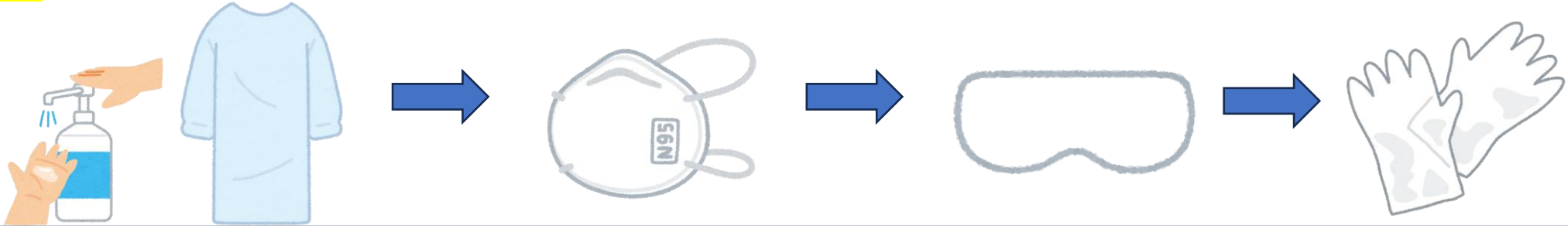
着る

ガウン

N95マスク

アイガード

手袋



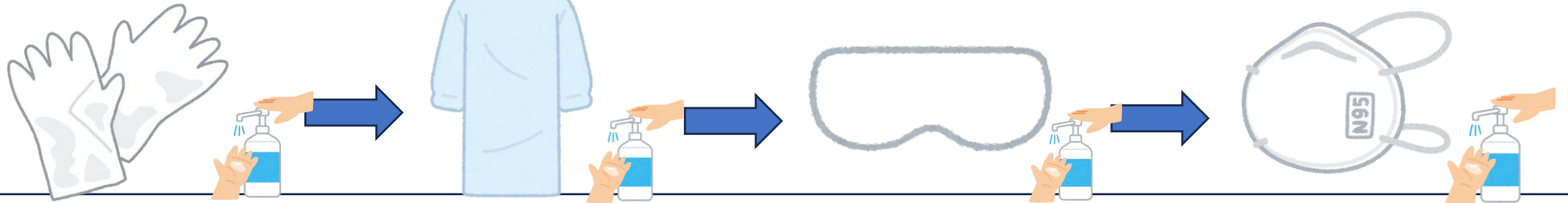
脱ぐ

手袋

ガウン

アイガード

N95マスク



脱ぐときに重要！汚染されているものから外す

PPEの着脱方法とポイント

1. ガウン
2. N95 マスク
3. サージカルマスク
4. アイガード
5. 手袋

1. ガウン

着る



ガウンを首にかける



袖を通す



腰ひもを後ろで結ぶ

ポイント

ガウンの表面を触らないように脱ぐこと

脱ぐ



首ひもをちぎる



汚染面が内側になるように腰の辺りで折りたたむ



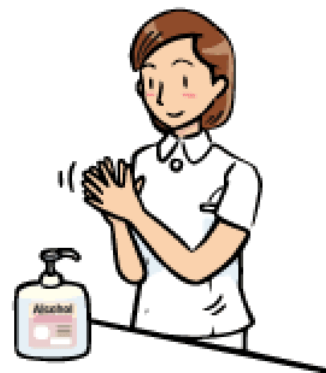
袖から両腕を抜く



前に引いて腰ひもを切る



適当な大きさにまとめる



手指衛生を実施する

2. N95マスク

- ・ 極小の飛沫核やウィルス等を遮断し、着用者の肺への病原体の侵入を防ぐことができる

ポイント

- ・ フィット感が重要
- ・ 毎回ユーザーシールチェックを行う

カップ型	3つ折り型	くちばし型
		



カップ型

N95マスクの装着

①



マスクの鼻あてを指のほうにして、ゴムバンドが下にたれるように、カップ状に持ちます。

②



鼻あてを上にしてマスクがあごを包むようにかぶせます。

③



上側のゴムバンドを頭頂部近くにかけてます。

④



下側のゴムバンドを首の後ろにかけてます。

⑤



両手で鼻あてを押さえながら、指先で押さえつけるようにして鼻あてを鼻の形に合わせます。

⑥



両手でマスク全体をおおい、息を強く出し空気が漏れていないかユーザーシールチェックを行います。



N95マスクの装着

3つ折



①

マスクの上下を確認し、広げます。
ノーズワイヤにゆるやかなカーブをつけます。



②

鼻とあごを覆います



③

マスクを押さえながら上ゴムバンド
を頭頂部へ、下ゴムバンドを首ま
わりにつけます。



④

マスクを上下に広げ、鼻とあごを
確実に覆います。



⑤

両手の指で鼻あてが鼻に密着するように軽く押します。

ポイント：
ノーズワイヤが鋭角にな
ると頂点にすきまがで
てしまうため、注意。



⑥

両手でマスクを覆い、空気漏れをチェックして
密着のよい位置にマスクを合わせます。

N95マスクの装着

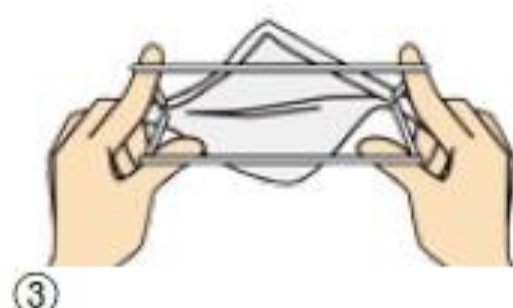
くちばし型



① マスクを上下に下げ、ノーズワイヤーにゆるいカーブをつけます。



② マスクを上に掲げ、ゴムバンドをたらしめます。



③ 人差し指と親指で2本のゴムバンドを分けます。



④ ゴムバンドを指で把持しながら、顎の下にマスクを当てます。



⑤ ゴムバンドを引き上げ、頭頂部と首の後ろにバンドをかけます。



⑥ 2本のゴムの角度は90度になるようにします。



⑦ ノーズワイヤーを指で押し当て、鼻の形に合わせる。



⑧ ユーザーシールチェックを行い、フィットを確認します。

ユーザーシールチェックの方法

- N95マスクを装着した時に、毎回きちんとフィットしているか確認するために実施する



①両手でマスクを覆い、息を吸ったり吐いたりする

②空気の漏れをチェック



④チェックを繰り返す



ワンポイント!!

ノーズワイヤが鋭角になると、頂点に隙間ができてしまうので注意!

③空気が漏れている場合は、ゴムバンドや鼻当てを調整して空気が漏れない位置に調整する

N95マスクの外し方



1 マスク表面には触らないようにして、マスクの首の後ろのゴムバンドをはずします。



2 次に頭頂部のゴムバンドをはずします。



3 マスクを顔からはずし、各施設の規定に従い廃棄または保管してください。

ポイント

マスクの表面に触れないように外す

3. サージカルマスク

着け方

point

鼻と口、あごまで
きちんと覆う!

①



ノーズピース部分に
折り目をつける

②



ゴムヒモを耳にかける

③



針金を顔の形に合わせる

④



蛇腹をあごの下まで
伸ばし鼻と口を覆う

外し方

①



表面に触れないように
ゴムヒモを外す

②



表面に触れないように
ゴムヒモを持って捨てる

ポイント

- マスクの表面に触れないように外して、捨てる!
- マスクを外した後手指衛生を行う
- 衛生的に使用するため、適時交換する



4. アイガード

ポイント

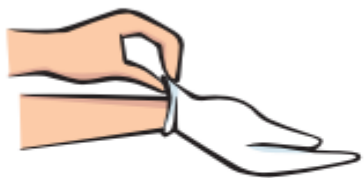
- ・メガネは代用にはならない
- ・繰り返し使用する際には、洗浄後アルコールや次亜塩素酸ナトリウムで消毒。

フィルム交換 保護めがね	フェイスシールド付サージカル マスク	フェイス シールドタイ プ	保護めがね タイプ	ゴーグルマスク	フェイスシールド タイプ
					

5. 手袋

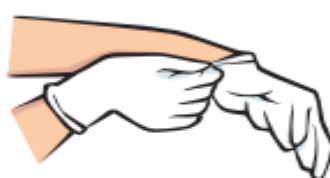
着け方

①



手袋の手首の部分をつかんで
はめる

②



反対の手も①同様に
手袋を着用する

ポイント

- 素手で手袋表面に触れないこと
- 手袋を外した後
手指衛生を行うこと



外し方

①



片方の手袋の
袖口をつかむ

②



手袋を裏表逆にな
るように外す

③



手袋を外した手を反対の
手袋の袖口に差し込む

④



手袋を裏表逆にな
るように外す

まとめ

- 1人ケアするごとの使い捨てが原則
- 必要な時に適切なPPEを着用する
- 装着する時より、脱ぐ時に注意が必要
- 手指衛生は感染対策の基本

自分を守ることが結果として、
利用者を守ることに繋がる