

## 一人ひとりの基本的感染対策

感染防止において最も重要なことは、スタッフ間での感染防止と、外からウイルスを院内に持ち込まないことです。気心の知れたスタッフ間では油断から感染防止の意識が薄れるため、細心の注意が必要です。一人のスタッフの油断から、スタッフが全員感染する恐れがあります。

### 行動指針

- 1) 睡眠時間を十分に取り、手洗いを始め正しい生活習慣と規則正しい生活を心がけること。
- 2) 満員電車や人混みではマスクを装着し、不用意に物に触れないよう心がけること。
- 3) 全ての職員は出勤時に検温し、体調不良の者は自主的に出勤を控えること。
- 4) 発熱や上気道症状等の症状が発現した場合は、自主的に出勤を控えること。
- 5) スタッフルーム等、バックヤードであっても職員同士の濃厚接触は避けること。
- 6) 休憩時間、就業前後等マスクを装着していない時は、他の職員との接触は避けること。
- 7) 換気が悪く人が密に集まって過ごすような空間や、不特定多数の人が密に接触する場所で開催されるイベント等には、極力参加しないこと。
- 8) 就業にあたり、最近の海外渡航の有無を必ず確認し、渡航先や体調等について問い合わせ、必要に応じて自宅待機や検査を受けること等を指示すること。

### 体調管理

・自宅療養 新型コロナウイルスは弱った体に入ります。体調を整え、無理をしないようにいたしましょう。

1. 毎日体温を測るなどの体調のチェックをしましょう。
2. 免疫が高まるような規則正しい食事を心がけましょう。
3. 軽い運動を取り入れてストレスの発散を促しましょう。
4. 体調が悪化した際は、休息・休暇をとりましょう。
5. 睡眠をよくとってください。
6. 家族の体調も常に気にしていただき、手洗い、うがい、マスクの習慣を家族内でも実践してください。

新しい生活様式の基礎になるような規則正しい日常を過ごし万全の体調で勤務してください。

**【その他】**

1. 医療従事者の白衣に対する視線は以前とは異なります。いわゆる白衣とわかる服装 での外出は控えるようにしてください。
2. 整理整頓に努め、ウイルスの付着を避ける行動を促しましょう。受託事業に参加される人は持ち物をできるだけ少なくしていただきましょう。
3. 不特定多数の方が触れるような新聞・雑誌類は極力避けましょう。
4. こまめなユニホームの洗濯、ゴミの回収を心がけましょう。

**感染防止の3つの基本**

- ①マスクの着用    ②手洗い    ③身体的距離の確保

**①マスクをしてください**

「他人からうつされない」と同時に「他人にうつさない」ことを大切にしてください。検診中だけでなく、通勤中の人々が密集する場面や、休憩中も人と近距離で接する時は、マスクを着用してください。

**②手を洗ってください**

感染予防の基本は手を洗うことです。

検診前後だけでなく、共用スペースのもの（扉の取手・トイレなど）に触れたらこまめに手指の消毒をしてください。

**③距離を保ってください**

接触機会と感染機会は明確に違います。医療では物理的な距離が近いので、歯科医学的な感染防護距離を保ってください

**\*接触感染の防止**

扉の取手、筆記用具など素手で接触するものは使用後速やかに消毒し、目、鼻、口などは触らないよう注意する。

**\*PPE（個人防護具の使用について）**

飛沫感染対策として、マスク、グローブに加えゴーグルやフェイスシールドを着用し、ガウン（長袖エプロン）などを着用し、就業終了後は速やかに廃棄または洗濯することが望ましい。事業内容に応じた感染防護具の使用（消費）を行うべきである。（神奈川県歯科衛生士会の考え方）