

感染症の感染経路と予防

県感染症情報センター

声なき感染症を知る

◆58◆

感染「接触感染」と、大きく三つに分けられます。すくことができず、マスクによる予防が可能です。ただし、このマスクの表面にはブロックした飛沫(病原体)がいるわけですから、小まめに取り替える必要があります。

また、このマスクの表面にはブロックした飛沫(病原体)がいるわけですから、小まめに取り替える必要があります。

手から手へ感染拡大 予防の基本は手洗い

空気感染します。これらは、ワクチン以外に予防方法はありせん。

③接触感染
接触感染は、触ることにより感染することです。患者に直接触ることだけではなく、患者によって汚染された媒介物を触って感染することも接触感染です。媒介物とは、つり革やドアノブ、トイレの内壁など、誰もが触る

が接触感染です。これは、マスクをしていても感染します。

飛沫感染する病原体も、空気感染する病原体も、その病原体が触った接触感染します。実は接触感染が最も多くの種類の病原体の感染経路になるため、いろいろなものを触っている手を清潔に保つこと、つまり、手洗いが重要になります。

飛沫感染とは、患者の咳(せき)やくしゃみなどのしぶき(飛沫)を受け感染することです。この飛沫は、水分を含むため、2メートル程度の地面に落ちてしまいます。また、マスクにより飛沫をブロックし、吸い込む量も減ら

常のマスクでは病原体はすり抜けるので、マスクを使用しても予防できません。

④空気感染
空気感染とは、飛沫の水分が乾燥し病原体だけが残り、ごく微量の病原

外出中は、顔に触らないように気をつけましょう。

▽正しい手洗い
石けんを使い、30秒程度の時間をかけて、指の間、手首、爪の間等を洗います。冬場の冷たい水では、丁寧な手洗いがしにくいので、冷たくない程度のぬるま湯で洗うといいでしょう。熱いお湯は、手指の油分を奪い、手荒れの原因になります。

▽感染とは
感染とは、細菌やウイルスなどの病原体が体内に侵入して増殖し、それが人にとって良くない場合のことを言います。発

△三つの感染経路
病原体が体内に侵入する経路を感染経路と言います。感染経路はマスクで予防する「飛沫(ひまき)感染」の他に「空気

マスクは予防効果がないと言っているのではありません。マスクは、咳エチケットの観点から、感染予防にも感染拡大予防にも必要です。ただし、マスクだけに頼っていると



厚生労働省のポスター「正しい手の洗い方」
出典：厚生労働省ホームページ

△空気感染
空気感染とは、飛沫の水分が乾燥し病原体だけが残り、ごく微量の病原