



セントケア便り 2022年 2月号

～発行～
セントケア東京株式会社
住所/中央区八丁堀
4-10-11
TEL/03-6222-1071

こんにちは。セントケアです。
セントケア便りは、皆様の生活の中でご利用いただける健康や暮らしの情報を定期的にお伝えさせていただいております。
ご意見・ご要望等ございましたら、発行元までご連絡ください。



アルコール消毒液のアレコレ



新型コロナウイルス感染予防対策で「アルコール消毒」が一般的になり、外出するとどこにでもアルコール消毒液が置いてあるようになりました。ご自宅にもアルコール消毒液を置いている、という方も多いのではないのでしょうか。

実際に、手や指についたウイルスの対策として手洗いがすぐにできない状況では、アルコール消毒液も有効、とされています。そんな、ウイルス対策として身近なアルコール消毒液についての注意点をいくつかご紹介いたします。

アルコール消毒が有効なウイルスと、有効ではないウイルスがある

ウイルスは「エンベロップ」と呼ばれる脂の膜があるウイルスと、ないウイルスに分かれます。

エンベロップがあるウイルス

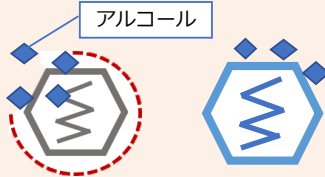
- ・新型コロナウイルス
- ・インフルエンザウイルス など



エンベロップがないウイルス

- ・ノロウイルス
- ・ロタウイルス など

アルコールが脂の膜を壊してウイルスを無毒化するため、アルコール消毒が有効とされています。



たんぱく質の殻で覆われており一般的にアルコール消毒があまり効果がないとされています。

やっぱりウイルス対策には手洗いが一番！

アルコール消毒があまり効果的ではない、エンベロップがないウイルスは、手を洗ってウイルスを洗い流すことが必要になります。

またアルコール消毒自体も、手が汚れている場合は効果があまり発揮されません。

手を洗い、水気をよく拭き取ってからアルコール消毒をすると、より効果的に消毒ができます。



アルコール消毒液の量も大切

手にアルコール消毒液を噴霧するとき、どのくらいの量を手に付けていますか？

アルコールスプレーボトルの1プッシュは下まで完全に押した量がちょうどよいとされています。

実際にその量を噴霧すると、手がびしょびしょになるほどの量になります。その量のアルコールを手を30秒～1分ほど擦りこむことで消毒ができます。

量が少ないと効き目がないので注意しましょう。

また、噴霧するとき手のひらを上に向けて指を少し曲げた状態で爪の中までアルコールが入るようにするとさらに効果的です。



！
こんなことにも
ご注意ください！

アルコールは引火点が低く、わずかな火源で簡単に引火します。火災を引き起こす恐れがあるため、火気の近くで使用しないよう注意しましょう。

また、アルコールの入ったボトルは直射日光の当たる場所や高温になる場所を避けておくようにしましょう。消毒用アルコールは熱せられることで、可燃性蒸気が発生します。また、容器を詰め替える際はしっかり換気をしましょう。



認知症・お食事相談サイトのご紹介
認知症介護に関する悩み、お食事に関する
悩みなど、お気軽にご相談ください。



<https://認知症cafest.online/>



<https://gohan-egao.saint-care.com>

