

# 『一步前へ！』

## — 感染症予防の話

小池晃彦

「一步前へ！」センター試験会場であるM高校の男性用便器の上、ちょうど目線の高さにシールが貼られていた。思わず一步前へ。さらに、便器内の下から30cmぐらいの高さには標的が描かれていた。清潔なトイレは気分が良い。公衆トイレなどでは足場がないくらい便器周囲の床が汚れていて困ることがよくある。

中日の川上投手の移籍先である米国アトランタブレーブスのTurner field球場での調査では、43%の男性と5%の女性がトイレのあと手を洗わなかったとのことである。皆さんは、手を洗うだろうか。大部分の人が洗うと答えるであろうが、私の観察でも、少なくとも男性に関しては？かなり怪しい。指先を水でぬらすだけの人も結構多い。私の子供も注意しないとすぐ省略する。余談ではあるが、私はこのTurner field球場で野球を観戦した際ホットドックでひどい食中毒をおこし、試合中トイレへこもりきりだったことがある。ショップのお兄さんが手をしっかり洗っていてくれたら、楽しく過ごせたのにと怨みたくなる。

エチケットの話をしたのではない。感染予防の基本は、清潔を保つこと、特に“手洗い”が有効という話がしたいのである。インフルエンザ、MRSA（メチシリン耐性黄色ブドウ球菌。抗生物質が効かなくなった細菌の代表的なもの）、ノロウイルスが病院内で急速に広まり、時には死者がでたといった報道がたびたびされている。このような感染の多くは“手”を介しておこる。手が病室から病室へ病原体を運ぶのである。したがって、医療従事者は、患者さんをひとり診察した後には、しっかり手を洗うことが大原則となっている。しかし、これを遵守することは容易ではない。

正しい手洗いは、石鹸を使用し、時間をかけて行う。だいたいハッピーバースデーの歌を一曲歌い終わるぐらいの時間をかける必要がある。握手は、絶好の感染機会である。ちなみに、PCR（ポリメラーゼ連鎖反応）法を用いた最新の研究

では、女性の手の細菌は男性より多いことが明らかになった。手洗い後の細菌の増え方も、女性のほうが速いとのことである。その原因として男性の手が酸性であること、汗をたくさんかくことが影響していると推定されている。握手した手を洗いたくないこともあるだろうが、感染予防という観点からは正しくない。

感染予防のための知識をいくつか紹介しておく。

1. インフルエンザは原則、飛沫感染（咳による患者からの分泌物の飛散は1メートル以内）なので感染者に近づかなければよいが、麻疹や結核は空気感染（＝飛沫核感染。病原体は空中浮遊し遠方まで運ばれる）であり同じ空間にいただけで感染する危険がある。
2. エイズ、クラミジアなどの性行為感染症に対する予防においては、コンドームの使用とともに信頼関係のあるパートナーを持つことが必須である。
3. 川や湖などで水遊びをする際には、頭を水につけない。生命に危険をおよぼす微生物がいる可能性がある。
4. ワクチンをもっとも有効な感染予防法である。例えば、麻疹の予防接種を徹底することで、アメリカでは麻疹は排除された。一方で、麻疹は世界で年間約20万人（2007年）の死者をだしている恐ろしい病気である。
5. 風邪はウイルスの感染によりおこり、抗生物質は不要である。薬の効かない細菌やウイルスの出現は、抗生物質や抗ウイルス剤の不必要な使用が原因となる。

21世紀医学の最重要課題として微生物との共存が挙げられる。20世紀における抗生物質やワクチンの発見により、人類は微生物との戦いに勝利できると考えられた時もあった。しかし、現代社会は、エイズ、新型インフルエンザ、耐性菌（薬が殺せなくなった細菌）などの脅威に曝されている。また、衛生管理の発達には感染症の危険を確かに大きく減らしたが、清潔な環境はアレルギー、喘息の増加といった新たな問題の原因となっている。このような事実は、人類が細菌やウイルスなどの微生物と戦うのではなく、共存していくことの重要性を示していると思われる。

（保健科学部）