

今回は子供たちを感染症から守るお話です。

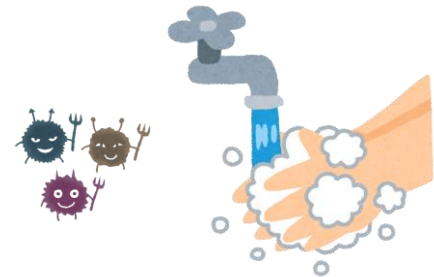
第四回 石鹸で手を洗おう

「石鹸による手洗い」は、かぜや下痢、インフルエンザを含む、すべての感染症から子供を守ってくれます。これからお見せする資料は、医学雑誌に載った重要な論文の抜粋です。「石鹸による手洗い」がどれくらい効果的なことかをお見せします。

1. 「石鹸スタディ」の驚き

まず、家族の人数や経済の状態などの条件を同じくする三地区（それぞれ約 300 世帯）を以下のように分けます。

- ① 抗菌剤入り石鹸の手洗いを指導する地区
- ② 普通の石鹸手洗いを指導する地区
- ③ 何も指導しない地区



①、②の指導地区には、毎週指導員が訪問して、手洗いを 1 年間に渡り、指導します。③の地区を「コントロール」と呼んで手洗いの効果判定の基準とします。さて、かぜ症状や肺炎の罹患に差が出たでしょうか？

2. 各地区のかぜ症状や肺炎の頻度

結果はグラフで一目瞭然。小児のかぜ症状の発生数（図）は、かぜが流行する 9 月頃から差が出始めました。石鹸で手洗いする地区では、コントロール地区に比べて、かぜの発生数は半分に抑えられました。さらに重要なことは、①と②に差がないこと。つまり、「普通の石鹸の手洗い」で十分効果があることです。加えて、小児の肺炎、下痢、皮膚の膿疱疹の発生も、手洗いだけで半分に減らせることが、この研究で示されました。

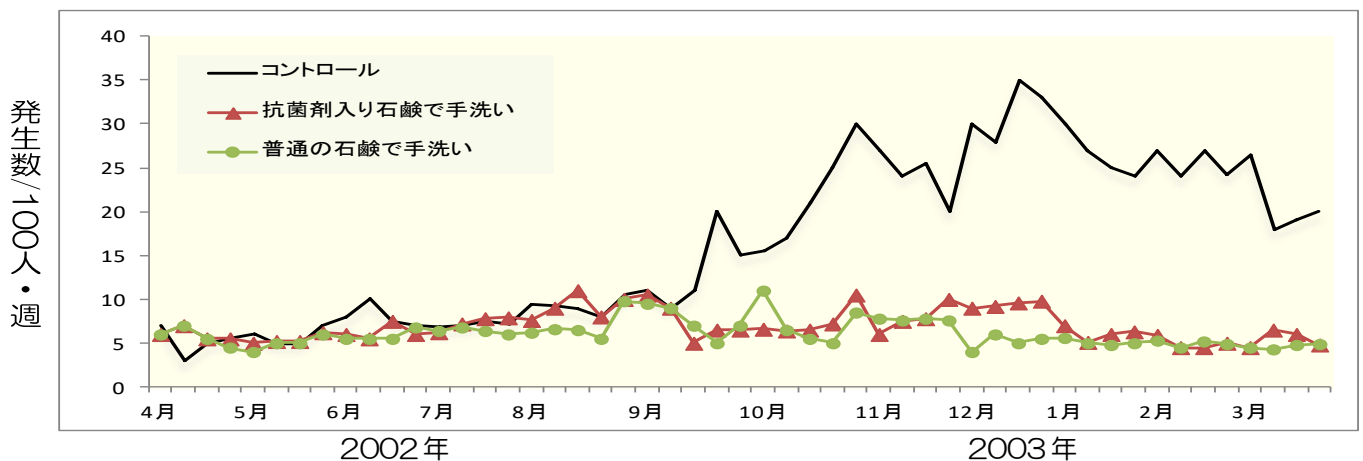


図 15歳未満のかぜ症状の発生数の推移

(Lancet2005; 366: 225-33 より改編)

3. 石鹸で手を洗いましょう！

ウイルスが付着した手で、鼻や口を触ったり、食事をしたりすることで、ウイルス感染の多くが成立します。「石鹸による手洗い」が、それを防ぎます。「石鹸による手洗い」という、日常的で簡単な行為で、病気はこんなに効果的に減らせます。高価な薬も、難しい技術も要りません。さあ、皆さんも今日から、外出から帰ったら石鹸で手を洗い、食事の前に石鹸で手洗いです。そんなこと言うまでもなく、手洗いの習慣はすでにお持ちですか？失礼しました！