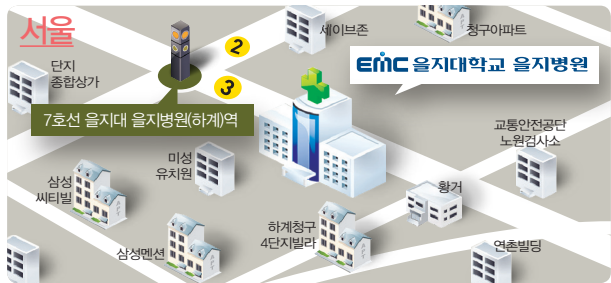




## 찾아오시는 길



을지대학교 을지병원 | 서울특별시 노원구 한글비석로 68  
을지대학교병원 | 대전광역시 서구 둔산서로 95  
홈페이지 | www.emc.ac.kr

통합콜센터 1899-0001

예약상담시간 평일 08:30~17:30, 토요일 08:30~12:30

EMC 을지대학교의료원 을지재단

을지대학교(대전캠퍼스) | 을지대학교(성남캠퍼스) | 을지대학교병원 |  
을지대학교 을지병원 | 을지대학교 강남을지병원 | 범석학술장학재단 |  
을지인력개발원 | 을지생명과학연구소 | 을지재단빌딩



## 기침예절

### 기침예절이란?

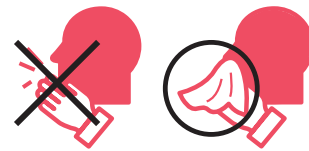
- 기침이나 재채기를 할 때에는 침과 함께 수많은 미생 물이 배출되는데, 평균 2m에서 최대 6m까지 주변을 오염 시킬 수 있습니다.
- 기침 예절은 기침이나 재채기를 할 때 휴지, 손수건이 나 옷소매 위쪽으로 입과 코를 가리는 것이 올바른 방법이며, 병원체가 다른 사람에게 전파되는 것을 막을 수 있는 감염병 예방의 기본 수칙입니다.

### 기침예절이 필요한 질병?

- 인플루엔자
- 결핵
- 홍역
- 수두
- 파종성 대상포진
- 디프테리아
- 백일해
- 성홍열
- 유행성이하선염
- 풍진
- 수막구균성 수막염
- 중동 호흡기 증후군



## 올바른 기침예절



기침, 재채기를 할 때 손으로 가리지 않고 휴지로 입이나 코를 가리기



사용한 휴지는 휴지통에 버리기



휴지가 없을 때는 옷소매 위쪽으로 입과 코를 가리고 하기



기침, 재채기 후에는 흐르는 물에 비누로 30초 이상 손 씻기



Infection Control Team



# 감염관리실 손 위생과 기침예절

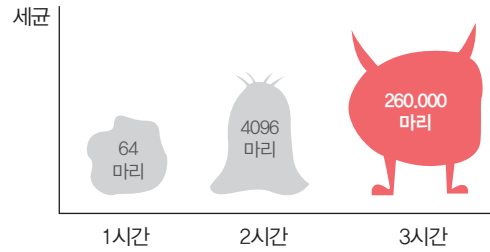
EMC 을지대학교의료원



## 손위생, 왜?

- 올바른 손 위생은 손에 있는 세균을 효과적으로 없애 주어 우리의 면역력을 높여주는 것 뿐만 아니라 감염병을 절반으로 줄이는 가장 효과적인 방법입니다.
- 손을 씻지 않으면 3시간 만에 260,000마리의 세균이 증가합니다.
- 손을 씻더라도 올바르게 씻지 않으면 상당수의 세균이 그대로 남게 됩니다.

### 손 위생을 하지 않을 경우 자라는 세균 수



### 세균이 잘 씻기지 않는 부위



## 손위생, 언제?



화장실 이용 후



쓰레기를 취급한 후



음식물 먹기 전



음식물 준비 전



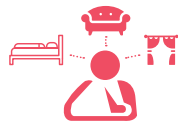
청결·무균 처치 전  
환자 접촉 전과 후



코를 풀거나  
기침, 재채기 후



체액 노출 위험 후



환자의 침대, 테이블,  
의자 및 커튼 등  
주변환경 접촉 후



## 손위생, 무엇으로?

- 물과 비누를 이용한 손 위생
- 물 없이 사용하는 손 소독제를 이용한 손 위생



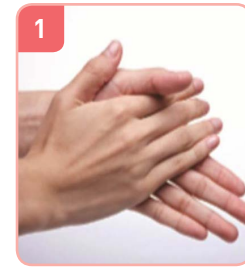
물과 비누



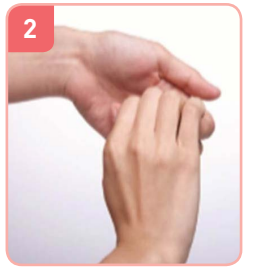
물 없이 사용하는 손소독제



## 올바른 손위생 6단계



손바닥과 손바닥을 마주대고 문질러 주세요.



손가락을 마주잡고 문질러 주세요.



손등과 손바닥을 마주대고 문질러 주세요.



엄지손가락을 다른편 손바닥으로 돌려주면서 문질러 주세요.



손바닥을 마주대고 손가락을 끼고 문질러 주세요.



손바닥을 반대편 손바닥에 놓고 문지르며 손톱 밑을 깨끗하게 해주세요.

