



환자 및 간병인 교육

손 위생 및 감염 예방

이 정보는 비누와 물 또는 알코올 성분의 손 소독제로 손을 씻는 방법을 설명합니다.

손 위생이 중요한 이유는 무엇인가요?

세균이 몸에 들어가면 감염을 일으킬 수 있습니다. 모든 사람은 병원에 있는 동안 감염의 위험이 있습니다. 손 위생은 세균과 감염의 확산을 예방하는 가장 좋은 방법입니다. 20초 동안 손을 씻거나 알코올 기반 손 소독제(예: Purell®)를 손에 문지르는 것만으로도 세균을 죽일 수 있습니다. 손을 씻고 방문자에게 손을 씻도록 요청하십시오.

언제 비누와 물로 손을 씻어야 하나요?

손 씻기:

- 변기, 소변기 또는 침대 옆 변기 겸용 의자를 사용한 후.
- 손이 더러워 보이는 경우.
- 음식을 먹거나 준비하기 전.
- 클로스트리듐 디피실리균 (*C. diff*) 또는 노로바이러스에 감염된 경우.
- 구토(토함) 또는 기침 후 가래(점액)를 뱉은 경우.

비누와 물로 손을 씻는 올바른 방법은 무엇입니까?

1. 따뜻한 물로 손을 적십니다. 가능한 경우 액체 비누를 사용합니다. 두 손에 충분히 비누를 칠합니다.
2. 손을 문지릅니다. 비누를 손 위, 손가락 사이, 손톱 주변과 손톱 아래에 문지릅니다.
3. 적어도 20초 동안 손을 비빕니다.
4. 흐르는 따뜻한 물에 손을 잘 헹굽니다.
5. 종이 타월로 손을 말립니다.
6. 필요한 경우 마른 종이 타월을 사용하여 수도꼭지를 잠그고 욕실 문을 엽니다.



Please visit www.mskcc.org/ko/videos/how-wash-your-hands-properly to watch this video.

어떤 경우에 알코올 기반 손 소독제로 손을 씻어야 합니까?

알코올 기반 손 소독제로 손을 씻어야 하는 상황:

- 비누와 물이 없는 경우.
- 병실을 나갈 때와 돌아올 때.
- 음식물을 먹기 전에.

침대에서 일어날 수 없다면 개별 포장된 손 소독 티슈를 사용할 수 있습니다.

알코올 성분의 손 소독제로 손을 씻는 올바른 방법은 무엇 입니까?

1. 양손을 충분히 덮을 정도로 소독제를 바릅니다.
2. 손을 문지릅니다. 소독제를 손 위, 손가락 사이, 손톱 주변과 손톱 아래에 뿌려서 문지릅니다.
3. 손이 마를 때까지 계속 문지릅니다. 손에 건조함이 느껴질 때까지 적어도 20초 동안 문질러야 합니다. 물로 손을 씻거나 수건으로 닦지 마십시오.

손 위생에 대한 자세한 정보는 어디에서 얻을 수 있습니까?

궁금한 점이 있으면 의료진과 상담하십시오. 자세한 내용은 다음 웹사이트를 참조하십시오.

질병 통제 예방센터(CDC)

www.cdc.gov/hygiene/personal-hygiene/hands.html

의료진에게 전화해야 하는 경우

다음 중 하나라도 속하면 의료진에게 전화하십시오.

- $38^{\circ}\text{C}(100.4^{\circ}\text{F})$ 이상의 발열.
- $36^{\circ}\text{C}(96.8^{\circ}\text{F})$ 이하의 체온.
- 새로운 또는 악화되는 오한 또는 발한.
- 상처 주변의 새로운 또는 악화되는 발적.
- 상처에서 새로운 또는 증가된 배액.

- 새로운 또는 악화되는 숨가쁨 또는 호흡 곤란.
- 평소보다 빠른 심장 박동.
- 새로운 또는 악화되는 기침.
- 새로운 또는 악화되는 통증.

If you have questions or concerns, contact your healthcare provider. A member of your care team will answer Monday through Friday from 9 a.m. to 5 p.m. Outside those hours, you can leave a message or talk with another MSK provider. There is always a doctor or nurse on call. If you're not sure how to reach your healthcare provider, call 212-639-2000.

추가 자료는 www.mskcc.org/pe의 가상 라이브러리에서 확인하실 수 있습니다.

Hand Hygiene and Preventing Infection - Last updated on May 18, 2023
모든 권리는 Memorial Sloan Kettering Cancer Center가 소유하고 보유합니다