



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 비빉니다.
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.
- 음식을 먹기 전에.

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

알코올 성분의 손 소독제로 손을 씻는 올바른 방법은 무엇입니까?

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°C(100.4°F) 이상의 발열.
- 36°C(96.8°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.

궁금한 점이나 우려 사항이 있으면 의료진에게 연락하십시오. 의료진이 월요일부터 금요일까지 오전 9시와 오후 5시 사이에 연락을 드릴 것입니다. 그외 시간인 경우 메시지를 남기거나 다른 MSK 직원과 대화하실 수 있습니다. 항상 의사 또는 간호사와 통화 가능합니다. 담당 의료진에게 연락하는 방법을 잘 모르면 212-639-2000으로 전화하십시오.

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