



코로나19 예방을 위한

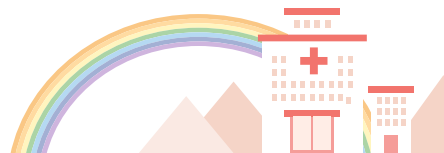
간병인력

감염예방·관리 수칙 안내

2022. 11.



중앙방역대책본부



- 이 안내서는 코로나바이러스감염증-19(이하 '코로나19') 유행상황에서 간병인력이 환자를 돌볼 때 지켜야 할 감염예방·관리 수칙입니다.
- 의료기관은 간병인력이 처음 돌봄을 시작하기 전에 감염예방·관리 교육을 실시하고, 환자를 돌보는 중 감염예방 수칙을 준수할 수 있도록 확인하고 필요한 지원을 할 것을 권장합니다.
- 동 안내서를 활용하여 의료기관의 특성과 상황에 따라 세부내용은 수정·보완하여 적용할 수 있습니다.

목 차

I. 코로나19 예방을 위한 기본 방역수칙 1

1. 손위생 철저히 하기 1
2. 마스크 올바르게 착용하고 유지하기 2
3. 침, 가래는 다른 곳에 튀지 않게 처리하기 2
4. 거리두기, 방역수칙 준수하기 3
5. 코로나19 증상 발생 시 바로 알리고 검사하기 3

II. 환자 돌봄 시 감염예방 수칙 4

1. 식사 보조 4
2. 세면, 목욕, 양치 보조 5
3. 배설물 처리 5
4. 환자 주변 청소와 소독 6

III. 병원 공동 이용 장소 감염예방 수칙 7

1. 휴게실 7
2. 배선실 7
3. 직원 식당 8
4. 공용 세면대, 화장실 또는 샤워실 8

붙임 9

1. 코로나19 예방을 위한 간병인 감염예방 수칙 9
2. 코로나19 예방을 위한 병원 환경 소독과 공용 장소 이용 수칙 10

I. 코로나19 예방을 위한 기본 방역수칙

가. 핵심 메시지

기본 방역수칙

- 손위생은 일상 생활과 환자 돌봄 행위 과정에서 **손에 오염된 병원균을 제거하여 환자와 자신을 감염으로부터 보호**합니다.
- 마스크를 올바르게 착용하고 침, 가래를 잘 처리하면 호흡기 침방울을 통해 코로나19가 전파되는 것을 예방할 수 있습니다.
- 코로나19는 감염 사실을 빨리 확인하고 조치한다면 추가 확산을 최소화할 수 있습니다.

나. 주요 내용

1. 손위생 철저히 하기

▶ 오염된 손을 통해 환자에게 병원균이 전파될 수 있습니다. 감염예방을 위하여 다음 상황에서는 반드시 손위생을 실시합니다.

● 청결한 행위를 하기 전

- * 음식을 다루기 전
- * 환자에게 약이나 음식을 먹이기 전
- * 소변줄, 기관지관(티튜브) 등 환자 몸에 삽입된 기구를 만지기 전
- * 환자의 얼굴을 만지기 전

● 오염된 행위를 한 후

- * 화장실 사용 후
- * 환자 기저귀 교환 후
- * 배액통, 소변통 비운 후
- * 마스크를 만지거나 벗은 후

● 병실에서 공용공간으로 나갈 때

● 공용공간에서 병실로 들어올 때

● 다른 환자 주변환경을 만졌을 때

✓ 눈에 보이는
오염이 없는 경우



- 알코올 함유 손소독제로 손소독 가능

✓ 눈에 보이는
오염이 있는 경우



- 흐르는 물에 비누로 30초 이상 꼼꼼하게 손씻기

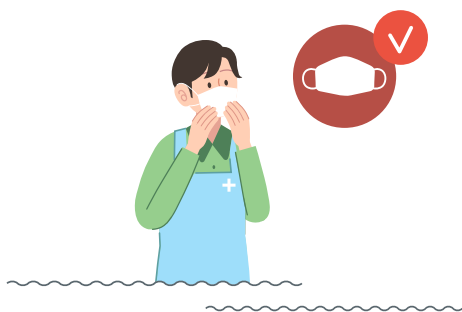
※ 손위생 시에는 손의 모든 부위(손등, 손바닥, 손가락 사이와 끝, 엄지손가락, 손톱 밑 등)를 골고루 문지르도록 함

2. 마스크 올바르게 착용하고 유지하기

▶ 코로나19는 호흡기 침방울을 통해 전파됩니다. 코로나19 전파를 예방하기 위하여 마스크를 올바르게 착용하고 유지하여야 합니다.

- 마스크는 코와 입을 완전히 가리도록 착용합니다.
- 음식 섭취, 양치 외에는 병원 내에서 마스크 착용을 유지합니다.
- 마스크를 벗은 상태에서는 대화를 자제합니다.
- 마스크 앞면을 손으로 만지지 않습니다.
- 마스크가 젖거나 더러워졌거나 손상이 있으면 교체합니다.

* 매일 새것으로 교체



3. 침, 가래는 다른 곳에 튀지 않게 처리하기

▶ 환자나 나의 침과 가래는 감염원이 될 수 있습니다. 감염예방을 위하여 침과 가래가 다른 사람과 주변 환경에 튀지 않도록 주의해야 합니다.

- 양치 시 물이 주변에 튀지 않게 주의하고 물이 튀었다면 표면을 깨끗하게 닦습니다.
- 사용한 세면대는 다음 사람을 위하여 깨끗하게 정리합니다.
- 환자가 기침하거나 가래를 뱉을 때는 반드시 휴지로 가리도록 합니다.
- 사용한 휴지는 깨끗한 휴지로 한번 감싼 후에 버리고 바로 손위생을 실시합니다.

4. 거리두기, 방역수칙 준수하기

▶ 간병 중에는 거리두기와 방역수칙을 준수하여 코로나19가 전파되지 않도록 주의해야 합니다.

● 간병 중에는 불필요한 만남과 대화를 자제합니다.

- * 다른 보호자나 간병인과 함께 식음료 섭취 자제
- * 가급적 다중이용시설 방문을 자제하며 부득이 방문하는 경우 마스크 착용과 손소독 등 개인 방역 수칙을 철저히 준수

● 다른 환자의 침상이나 다른 병실, 다른 병동에 가지 않습니다.

5. 코로나19 증상 발생 시 바로 알리고 검사하기

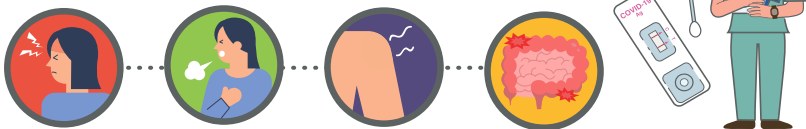
▶ 코로나19는 감염 사실을 빨리 확인하여 조치한다면 추가확산을 최소화할 수 있습니다. 코로나19 증상이 의심되는 경우에는 바로 알리고 검사를 받아야 합니다.

● 열감이 있으면 즉시 체온을 측정합니다.

● 코로나19 관련 증상이 있으면 간호사에게 바로 알리고 검사를 합니다.

코로나19 증상

- ✓ 발열: 37.5℃ 이상
- ✓ 호흡기 증상: 목아픔, 가래, 콧물, 기침, 재채기
- ✓ 오한: 몸이 오슬오슬 춥고 떨리는 증상
- ✓ 근육통
- ✓ 기운이 없고 나른함, 메스꺼움·구토·설사 등의 소화기 증상 등



II. 환자 돌봄 시 감염예방 수칙

가. 핵심 메시지

청결유지와 환경관리

- 환자는 음식이나 삽입기구 또는 오염된 손을 통해 병원균이 몸으로 들어가 감염될 수 있으므로 주변 환경과 손을 청결하게 관리하는 것은 매우 중요합니다.
- 환자 주변 환경은 병원균에 오염되지 않도록 주기적으로 청소하고 소독하여야 합니다.
- 청소와 소독 시에는 창문을 열어 충분히 환기하며, 소독제를 적신 깨끗한 천(또는 소독 티슈)을 이용하여 자주 접촉하는 모든 표면을 닦습니다.

나. 주요 내용

1. 식사 보조



- 환자와 간병인은 식사 전에 손위생을 실시합니다.
- 환자식은 배급 즉시 바로 먹이도록 하고 음식을 남겨두었다가 다시 주지 않습니다.
 - * 보관 중 음식이 상할 수 있음
 - * 당뇨식, 저염식 등의 환자식 이외의 음식은 환자의 치료에 방해가 될 수 있음
- 식사시에는 환자가 흡인되지 않게 천천히 속도를 조절하여 섭취 가능한 양만 제공합니다.
 - * 숨을 쉬는 기도로 음식이 들어가면 폐렴과 질식의 위험이 있음
 - * 환자가 음식을 잘 삼키지 못하면 섭취를 중단하고 간호사에게 알림
- 식사 후에는 환자의 구강 청결을 위하여 양치를 시행합니다.
 - * 입안의 세균 증식은 구강 감염과 폐렴을 일으킬 수 있음
 - * 치아가 없더라도 치약이나 가글용 소독제 등을 이용하여 닦아냄
- 환자의 물컵이나 개인 식기, 식재료는 지정된 싱크대에서 세척합니다.
 - * 병원균이 많이 오염되어 있는 화장실 세면대나 오물실 싱크대에서 세척하면 안됨

2. 세면, 목욕, 양치 보조

- 의료기구가 삽입되어 있거나, 수술부위나 상처부위에는 물이 닿지 않도록 주의합니다.
- 목욕 시에는 얼굴을 가장 먼저 닦고 항문 주위는 가장 나중에 닦습니다.
- 환자의 양치용 칫솔과 컵은 매 사용 후 세척하고 건조한 후 사용합니다.
- 사용한 세면대나 싱크는 청결 유지를 위하여 세제와 물로 깨끗하게 닦고 정리합니다.

3. 배설물 처리

- 환자의 배설물을 처리할 때는 반드시 일회용 장갑을 착용하고 위생 수칙을 준수합니다.
- 환자의 배설물을 처리한 장갑을 착용한 상태에서 환자의 깨끗한 부위나 주변 물품을 만지지 않습니다.
- 환자 기저귀 교환 후 사용한 기저귀는 주변이 오염되지 않도록 주의하여 잘 싸서 폐기합니다.
- 환자 배설물 처리 시 다음의 사항을 준수합니다.

* 배설물(소변과 대변 등)은 지정된 장소에 버리며, 배설물 처리 시 주변에 배설물이 튀지 않도록 주의함

* 환자 변기(소변기와 대변기)는 반드시 지정된 싱크에서 씻은 후 지정된 곳에서 건조함(화장실 세면대나 기구 세척용 싱크에서 씻지 않음)

* 환자 변기는 다른 환자와 함께 사용하지 않음



● 유치도뇨관(소변줄)을 가진 환자는 다음의 사항을 준수합니다.

- * 소변백(소변주머니)은 항상 환자의 배꼽보다 아래쪽으로 위치하게 함
- * 소변줄이 꼬이지 않도록 관리함
- * 소변줄 잠금장치(클램프)는 항상 열어두어야 하며 간호사의 지시가 있는 경우에만 잠그고 용무가 끝난 후 다시 열어둠
- * 소변줄이 빠지지 않게 잘 고정하고 당겨지지 않게 관리함
- * 소변을 비울 때는 소변백 꼭지가 소변기에 닿지 않게 주의함
- * 소변백 꼭지는 소변을 비운 후 소독솜으로 잘 닦고 마개에 다시 끼움

● 소변이나 대변이 바닥에 오염된 경우에는 휴지나 기저귀 등으로 소변과 대변을 흡수시키고 닦은 후 병실 청소 소독 담당자나 의료진에게 알려 바닥 소독을 실시합니다.

4. 환자 주변 청소와 소독

● 환자 주변은 주기적으로 청소하여 항상 청결하게 유지합니다.

- * 청결한 물품(식사 도구, 세안 물품, 깨끗한 타월 등)은 오염되지 않도록 다른 물품과 분리하여 보관함
- * 적어도 하루 한 번 이상 침대와 식사 테이블 등 환자가 접촉하는 표면을 닦으며, 가능한 일회용 티슈를 사용하고 재사용 걸레를 사용한다면 매 사용 후 비누로 깨끗하게 세척하고 건조함
- * 청소 후에는 반드시 손씻기



III. 병원 공동 이용 장소 감염예방 수칙

가. 핵심 메시지

공동 이용 장소에서의 감염예방

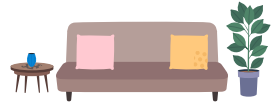
- 개인 물품(세안 물품, 식기 등)과 음식물을 타인과 공유하지 않습니다.
- 공동 이용 장소(휴게실, 화장실, 샤워실 등)에서는 항상 마스크를 착용하고, 공용 물품(냉장고, 전자레인지 등)을 만지기 전 반드시 손위생을 합니다.
- 코로나19 증상이 있는 사람은 공동 이용 장소 이용을 자제합니다.

※ 병원은 다양한 감염을 가진 환자와 면역이 저하된 환자가 함께 있어 공동 이용 장소에서 감염이 전파될 수 있으므로 **손위생, 마스크 착용 등 주의가 필요합니다.**

※ 공동 이용 장소에서 간병인의 손이나 옷 등이 오염되어 환자에게 전파시킬 수 있으므로 **공동 이용 장소 이용 시 오염이 발생하지 않도록 주의하여야 합니다.**

나. 주요 내용

1. 휴게실



- 휴게실 내에서는 항상 마스크 착용을 유지하고 음식을 섭취하지 않습니다.
- 휴게실 내에서는 기저귀 교환, 소변 비우기 등 오염이 발생할 수 있는 행위는 하지 않습니다.
- 휴게실 방문 후 병실에 들어가기 전에 손위생을 실시합니다.

2. 배선실

- 배선실 내에서는 항상 마스크 착용을 유지하고 음식을 섭취하지 않습니다.
- 정수기 사용 전에 손위생을 실시하고 일회용 컵 또는 깨끗이 씻은 컵을 사용합니다.
컵 또는 물통 입구가 정수기 출수구에 닿지 않도록 주의합니다.
- 전자레인지 사용 시에는 음식물이 넘쳐서 전자레인지 내부가 오염되지 않도록 주의합니다.
- 공용 냉장고는 항상 청결하게 유지하고 음식물 보관 시에는 반찬통에 이름을 부착하여 보관합니다.

* 큰 반찬통(김치통 등)에 음식물을 보관하지 않고 작은 반찬통에 나누어서 보관함

- 식기 세척용 싱크에는 음식물을 버리지 않으며, 개수대 사용 후 주변을 깨끗하게 청소합니다.
- 배선실 사용 후 병실에 들어가기 전에 손위생을 실시합니다.

3. 직원 식당

- 식사 전 손위생을 실시합니다.
- 음식을 섭취하는 시간 외에는 마스크 착용을 유지하고 음식 섭취 중에는 대화를 자제합니다.

* 식사 도구는 공유하지 않으며 반찬, 과일, 밥 등 음식을 함께 먹지 않음

4. 공용 세면대, 화장실 또는 샤워실

- 공용 세면대 이용 후에는 다음 사용자를 위하여 세면대 표면을 깨끗이 닦습니다.
- 여러 사람이 함께 양치하지 말고 혼자서 양치합니다.
- 양치 도구(치약, 칫솔, 양치컵)는 다른 사람과 공유하여 사용하지 않습니다.

* 이름표를 부착하여 개별 사용함

* 치약을 함께 사용하는 경우 종이 타월 등에 짜서 칫솔로 옮김

- 사용한 칫솔과 양치컵은 세면대에 놓지 않으며 사용 후 깨끗이 씻어서 건조합니다.

* 양치컵은 다른 사람의 것과 섞이지 않도록 개별로 보관함

- 공용 화장실 사용 시에는 항상 마스크 착용을 유지합니다.

* 화장실 사용 후 반드시 손씻기

- 다른 사람과 함께 샤워하지 않습니다.
- 샤워가 끝나면 주변 환경을 깨끗이 청소하고 환기합니다.
- 수건, 손톱깎이, 머리빗 등 개인 위생 물품은 다른 사람과 공유하지 않습니다.



코로나19 예방을 위해 간병인 감염예방 수칙 꼭 지켜주세요!

손위생이 필요한 순간, 올바른 방법으로 하기

- ❗ **청결한 행위를 하기 전에** (약이나 음식을 먹이기 전, 환자 몸의 의료장치를 만지기 전 등)
- ❗ **오염된 행위를 한 후에** (화장실 사용 후, 기저귀 교환 후, 배액통 또는 소변통 비운 후 등)
- ❗ **병실을 나올 때, 공용 장소 이동 할 때**
- ❗ **다른 환자의 주변 환경을 만졌을 때**



올바른 손씻기 방법



마스크 올바르게 착용하기

- 입과 코를 완전히 가리도록 착용
- 음식 섭취, 양치 외에는 착용 유지
- 마스크 벗은 상태에서는 대화 자제
- 마스크 앞면을 손으로 만지지 않기
- 마스크가 젖거나 더러워지면 즉시 새것으로 착용 (매일 새것으로 교체)

침, 가래 잘 처리하기

- 침과 가래가 다른 사람과 주변 환경에 튀지 않도록 주의
- 기침하거나 가래를 뱉을 때는 반드시 휴지로 가림
- 사용한 휴지는 깨끗한 휴지로 감싼 후 버림

거리두기, 방역수칙 준수하기

- 다른 보호자나 간병인과 함께 식음료 섭취 자제
- 담당 환자 병실 외 다른 병실과 병동 이동 자제
- 다중이용시설 방문 시 손소독 등 개인 방역 수칙 준수

증상 발생 시 바로 알리기

- 열감이 있는 경우 즉시 체온 측정
- 코로나19 증상이 있으면 바로 간호사에게 알리기

코로나19 증상 : 발열, 목아픔, 기침, 재채기, 오한, 근육통, 메스꺼움, 구토, 설사 등



코로나19 예방을 위한 병원 환경 소독과 공용 장소 이용 수칙

청소와 소독은 이렇게!

! 올바른 청소·소독 방법

- 소독 전에 먼저 깨끗하게 청소
- 청소나 소독하는 동안 충분히 환기(창문 열기 등)
- 적절한 보호구 착용(마스크, 장갑, 가운 등)
- 깨끗한 수건(종이타월)에 청소 용액이나 소독제를 적신 후 닦기
- 청소도구는 장소별로 전용으로 사용
- 청소나 소독 후 반드시 손씻기

! 청소·소독시 유의 사항

- 손이 가장 많이 닿는 곳 중심으로 청소·소독
- 덜 오염된 곳부터 많이 오염된 곳 순서로 청소·소독
- 환자 주변 표면이 오염되지 않도록 주기적으로 청소·소독
- 재사용 청소 도구는 세척·소독 후 건조시켜 보관
- 청소·소독액을 희석하는 경우 매일 희석하여 당일 사용

공용장소를 이용할 때



휴게실

- 마스크 착용 유지
- 음식 섭취 금지
- 깨끗이 사용
- 휴게실 사용 전·후 손위생

배선실

- 마스크 착용 유지
- 공용 물품 사용 전 손위생
- 공용 물품은 오염되지 않도록 항상 청결 유지

직원 식당

- 식사 전 손위생
- 음식 섭취 외 마스크 착용 유지
- 음식 섭취 중 대화 자제

공용 화장실 또는 샤워실

- 화장실 이용 시 마스크 착용 유지
- 양치, 샤워는 다른 환자와 함께 하지 않기
- 세면대, 샤워실 이용 후 깨끗하게 닦기





중앙방역대책본부