

요양시설
활동보조인 대상!

고령자 시설의 평상시 감염대책 ~농치기 쉬운 포인트~

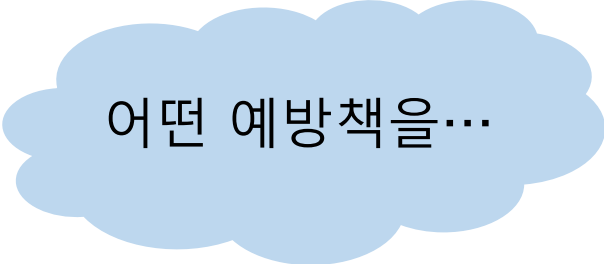
(포스터로 사용하는 것도 추천합니다!)

히가시오사카 보건소 2023년 5월 작성



표준 예방책이란

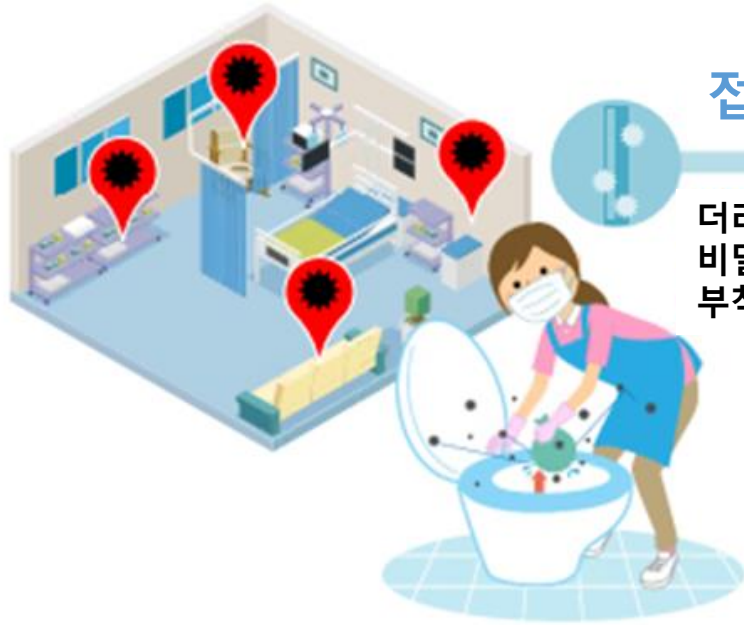
모든 사람은 전파되는 병원체(바이러스 세균 등)를 보유하고 있다고 생각하여 구토물 배설물 혈액 등 체액을 만질 때에 모든 입주자에게 항상 시행하는 예방책



1. 손위생
(손씻기·손소독)

2. 개인 방호구
(마스크·장갑·
보호안경/안면 보호대·
앞치마/가운 등)

감염경로에 관하여



접촉 감염

더러워진 손으로 만진 물건에 부착,
비말이 손잡이나 테이블, 침대주변에
부착

손 위생으로 차단



환경 소독으로 차단



마스크로 차단



비말 감염

바이러스균이 포함된 비말이 튄다

공기 감염

튄 비말핵이 공기 중을 떠돈다

N95마스크로 차단



바른 마스크의 탈착

①부직포 마스크를 선택

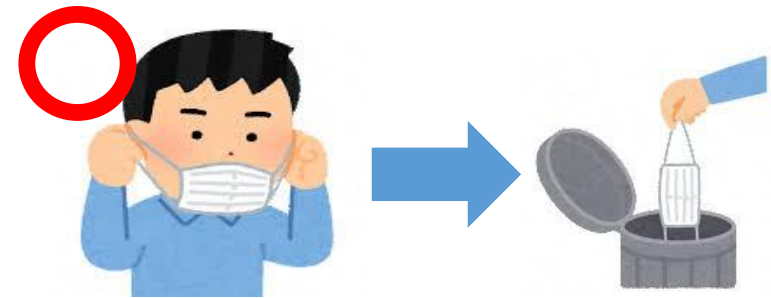
마스크를 바르게 쓰는 방법



②빈틈없이 밀착시킨다

→자기 사이즈에 맞는 마스크를 선택한다

→코 모양에 맞추어 턱밑까지 덮는다



③탈부착시에는 끈부분을 만진다



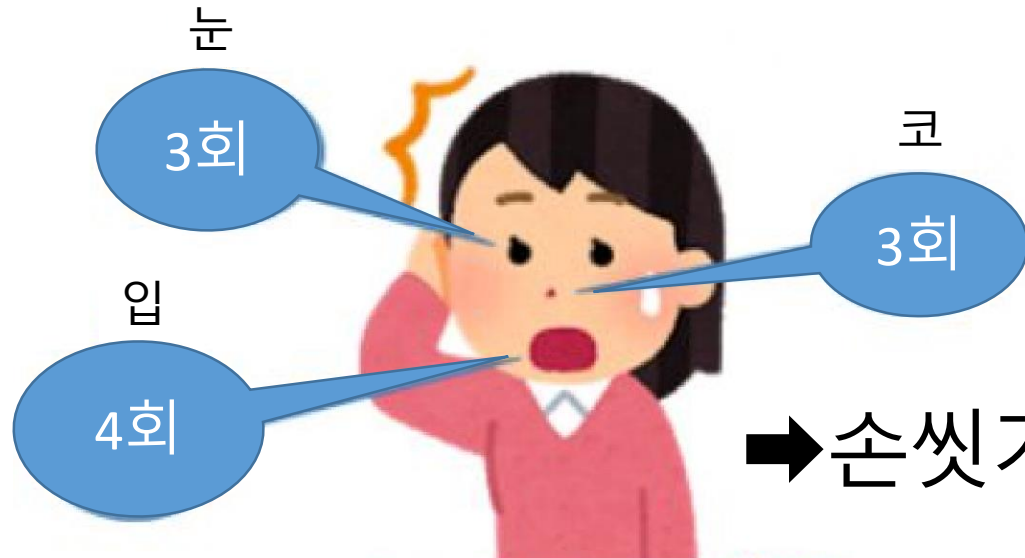
농치기 쉬운 감염 경로

접촉 감염

…바이러스가 부착된 손으로
눈·코·입의 점막을 만지는 것



사람은 “무의식으로” 얼굴을 만집니다!



➔ 손씻기와 손소독을 철저히

무의식으로 얼굴을 만지는 곳 중 눈, 코,
입 등의 **점막**은 얼굴의 표면적의 약 44%
에 달합니다!

개호 현장에서서의 손위생 타이밍

1 이용자와 접촉 전에

- 악수하기 전
- 이동이나 옮겨 타는 것을 돕기 전
- 목욕이나 몸을 깨끗하게 닦기 전

2 청결하게 하기 전에

- 구강케어 전
- 배식 등 식사 준비 전

3 이용자와 접촉 후에

- 악수한 후
- 이동이나 옮겨 타는 것을 도운 후
- 목욕이나 몸을 깨끗하게 닦은 후

6 장갑을 벗을 때



5 이용자 주변환경에 접촉 후에

- 식기를 반납 후
- 시트를 교환 후
- 침대나 주변물품을 만진 후
- 커튼을 닫은 후

4 혈액 · 체액에 노출될 가능성이 있을 때

- 구강케어 후
- 가래나 침에 닿은 후
- 소변, 대변, 구토물 처리 후
- 오염장소 청소 후



손위생 (손씻기와 손소독)

동화로 체크! →



• 손씻기



① 양손을 물로 적신다



② 세정제를 적당량 던다



③ 거품을 충분히 내어 손바닥을 씻는다



④ 양손의 손가락 사이를 씻는다



⑤ 손등을 씻는다



⑥ 손끝을 세워 손바닥에 비비면서 씻는다



⑦ 엄지손가락을 반대손으로 감싸듯이 씻는다



⑧ 손목을 비틀듯이 씻는다



⑨ 흐르는 물에 세정제를 깨끗하게 씻어낸다



⑩ 종이타올로 톡톡 치듯이 물기를 제거한다



⑪ 손을 닦은 종이타올을 사용하여 수도꼭지를 잠근다

체크!
완전히 씻기지 않음에 주의!
• 손가락
• 손가락 사이
• 손목

POINT!



■ 세정제로 10초간 비벼 씻은 후 흐르는 물에 15초 행굽니다.

■ 눈에 보이는 오염이 있을 때는 반드시 세정제와 물로, 그 이외는 손소독제에 의한 손소독, 세정제와 물에 의한 손 씻기 모두 좋습니다.

■ 손을 씻는 곳은 청결하게 하고 건조시킵니다. 물이 튀기 쉬우므로 손 소독제 등을 두지 않도록 합시다.

• 손소독



① 손소독제를 손에 던다



② 손가락을 손소독제에 묻혀 손바닥에 문지른다



③ 손바닥을 소독



④ 양손의 손가락 사이를 비벼서 소독



⑤ 손등을 소독



⑥ 손가락 사이도 소독



⑦ 엄지손가락을 반대 손으로 감싸서 비틀듯이 소독



⑧ 손목을 비틀듯이 소독하고 마지막으로 손전체가 마를 때까지 비빈다

CHECK ! 손을 씻는 세정제는 손 전체를 씻을 수 있는 양을 사용합시다. (약2-3mL)

NG ! 손소독제나 비누액을 채우는 것은 금지되어 있습니다. 용기를 씻어 건조시킨 후 내용물을 넣어 주십시오.

POINT!



- 손이 거칠면 더러움이 잘 씻기지 않으므로 손 관리를 합시다.
- 평소부터 식사보조나 배설보조, 깨끗하게 닦기 전후에는 손씻기와 손소독을 습관화합시다.

しましょう。

●개인 방호구의 벗는 방법

- 목과 허리 끈이 쉽게 찢겨지는 타입의 플라스틱 가운의 경우

1. 장갑 벗기



장갑 벗는 방법

	① 손목부분의 걸면을 잡는다		② 장갑을 뒤집으면서 벗긴다
	③ 벗긴 장갑은 반대 쪽 손으로 잡는다		④ 장갑 표면에 닿지 않도록 손목의 안쪽에 손가락을 밀어 넣는다
	⑤ 벗긴 장갑을 싸듯이 장갑을 뒤집으면서 벗는다		⑥ 지정된 장소에 버린다

2. 손소독



3. 긴팔 가운 벗기 ★가운의 표면에 닿지 않도록 한다!



① 목 부분을 잡고 찢은 다음 어깨부터 벗는다



② 팔의 안쪽을 잡고 팔을 뺀다



③ 허리 끈을 찢는다



④ 안쪽이 걸면이 되도록 말아서 폐기

4. 손소독



5. 안면 보호대를 벗는다



① 후두부의 고무 부분을 잡고 머리에서 벗겨 폐기



6. 캡을 제거한다



① 안쪽으로 손을 넣어 후두부부터 벗겨 폐기



7. 마스크를 벗는다




① 고무 부분을 잡고 얼굴에서 벗겨 폐기



8. 손소독



POINT!



- 개인 방호구는 벗을 때 바이러스에 닿지 않도록 바르게 벗는 법과 순서를 지킵시다. 가능하다면 2인 1조로 서로 확인하면서 실행합니다.
- 실수로 “오염된 면에 손이 닿았다”고 느꼈을 때에는 당황하지 말고 그 때마다 손소독을 합니다. 하나의 개인 방호구를 벗을 때마다 손소독을 하는 방법도 있습니다.

● 개인 방호구를 벗는 법
목과 허리 끈이 찢어지지 않는 타입의 부직포 가운의 경우

1. 장갑 벗기



장갑을 벗는 방법

- ① 손목부분의 걸면을 잡는다
- ② 장갑을 뒤집으면서 벗긴다
- ③ 벗긴 장갑은 반대 쪽 손으로 잡는다
- ④ 장갑 표면에 닿지 않도록 손목의 안쪽에 손가락을 밀어 넣는다
- ⑤ 벗긴 장갑을 싸듯이 장갑을 뒤집으면서 벗는다
- ⑥ 지정된 장소에 폐기

2. 손소독



3. 긴 팔 가운 벗기

★가운의 표면에 닿지 않도록 한다!



① 목 위의 끈을 푼다



② 그대로 끈 부분을 잡고 어깨부터 벗는다



③ 팔 안쪽을 잡고 팔을 뺀다



④ 허리 끈을 푼다



⑤ 안쪽이 걸면이 되도록 말아서 폐기

4. 손소독



8. 손소독



- 5. 안면 보호대를 벗는다
- 6. 캡을 제거한다
- 7. 마스크를 벗는다

} 앞 페이지를 참조

CHECK!

5~7에서는 표면에 닿지 않도록 주의해서 벗는다

POINT!



- 개인 방호구는 벗을 때 바이러스에 닿지 않도록 바르게 벗는 방법과 순서를 지킵시다. 가능하다면 2인 1조로 서로 확인하면서 실행합니다.
- 실수로 “오염된 부분에 손이 닿았다”라고 느꼈을 때에는 당황하지 말고 그 때마다 손소독을 합니다. 하나의 개인방호구를 벗을 때마다 손소독을 하는 방법도 있습니다.

참고 페이지 | (大阪府・厚生労働省・日本環境感染学会抜粋)

大阪府 >

- ・知って納得 そうやったんか！感染予防

<https://www.pref.osaka.lg.jp/attach/23711/00452409/kansenyobou.pdf>

- ・社会福祉施設等向け新型コロナウイルス感染症対応早わかりブック

https://www.pref.osaka.lg.jp/chiikifukushi/corona_book/index.html

<厚生労働省>

- ・介護職員のための感染対策マニュアル

<https://www.mhlw.go.jp/content/12300000/000678255.pdf>

<日本環境感染学会>

- ・医療施設内での新型コロナウイルス感染症対応

http://www.kankyokansen.org/modules/news/index.php?content_id=393

※일본어로 설명되어 있습니다