

2023.10.14.

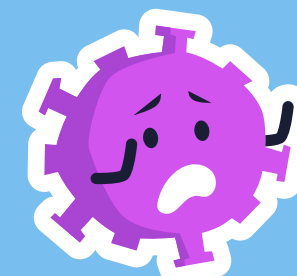


질병관리청  
Korea Disease Control and  
Prevention Agency

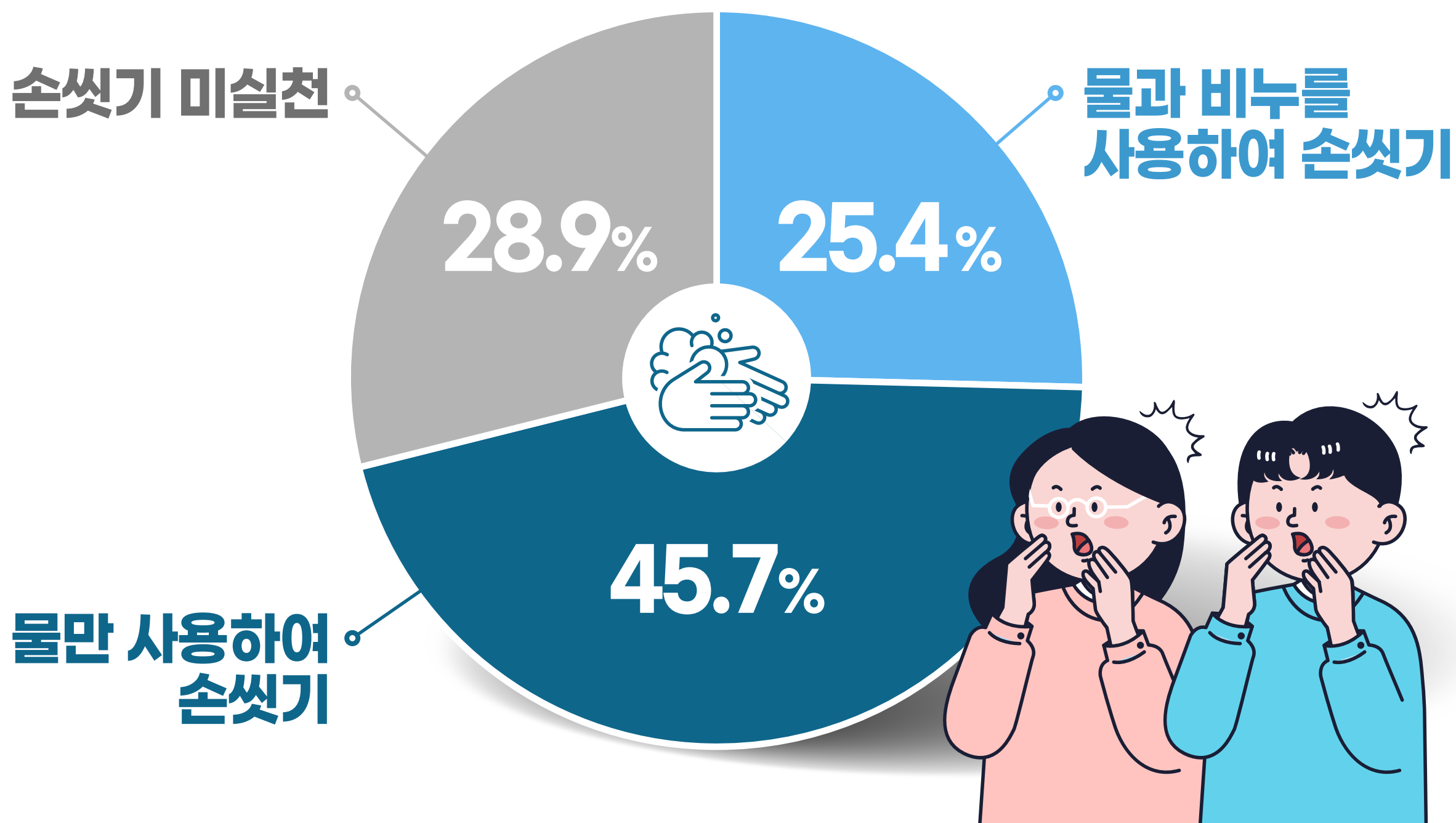


국제한인간호재단  
Global Korean Nursing Foundation

# 비누로 30초간 쓱싹? 세균들이 순식!



# 공중화장실 이용자 손씻기 관찰 결과



공중화장실 이용자(3,217명)에 대한 손씻기 관찰 결과,  
비누를 사용하여 손을 씻은 비율은 약 4명 중 1명인 25.4%(818명)였고,  
물로만 씻거나(45.7%, 1,470명) 손을 씻지 않은 경우도(28.9%, 929명) 있었습니다.

\*출처: 질병관리청·국제한인간호재단, 2023 지역사회 감염병 예방행태 실태조사

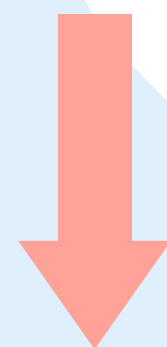
# 올바른 손씻기의 질병 예방 효과

호흡기 질환



20% 발생 예방

설사 질환



30% 발생 예방

손씻기는 미국질병예방통제센터(CDC)에서  
셀프백신('do-it-yourself' vaccine)으로 언급할 만큼  
각종 감염병을 예방하는 가장 손쉽고 효과적인 방법입니다.

# 올바른 손씻기가 필요한 순간



화장실 이용 후



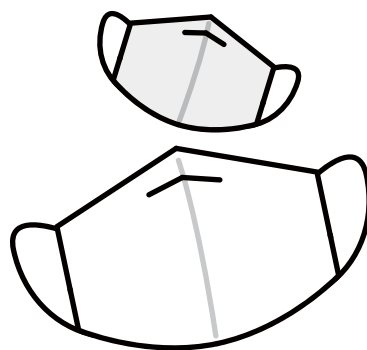
음식을 준비할 때  
(생고기, 가금류 등 접촉 후)



음식을 먹기 전·후



코를 풀거나 기침, 재채기 후



마스크를 사용하기 전·후

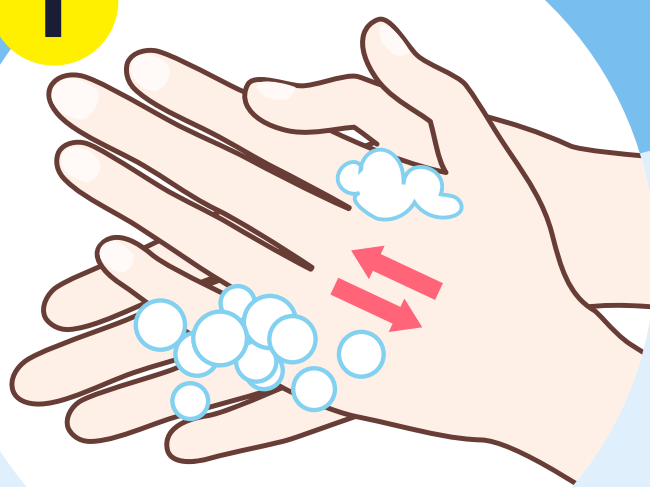


반려동물 접촉, 먹이를 준 후

# 올바른 손씻기 6단계

흐르는 물에 비누로 30초 이상 구석구석 꼼꼼하게~

1



**손바닥**

손바닥을 마주대고 문지르기

2



**손등**

손등과 손바닥을 대고 문지르기

3



**손가락 사이**

손가락을 끼고 손가락 사이 닦아주기

4



**두 손 모아**

손가락 마주잡고 비비기

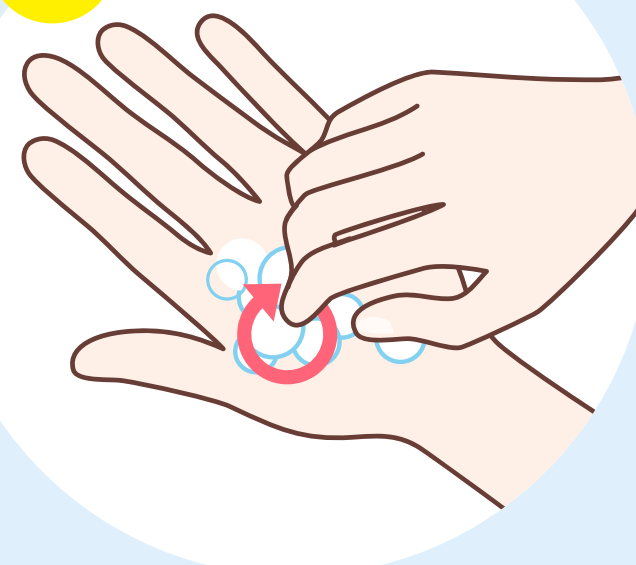
5



**엄지손가락**

엄지손가락을 돌려주며 닦아주기

6



**손뼉 밑**

손뼉 밑을 손바닥에 문지르며 마무리

2023.10.14.



질병관리청  
Korea Disease Control and  
Prevention Agency



국제한인간호재단  
Global Korean Nursing Foundation



감염병 예방은 내 손으로,  
올바른 손씻기!