



CLINICAL  
EXCELLENCE  
COMMISSION



**Patients and visitors:**  
**What you need to know about hand hygiene.**

**환자와 방문자:**  
**손의 청결에 대하여 알고 있어야 할 사항.**

Clean hands save lives



### 손을 청결하게 하는 일이 왜 중요한가요?

병원의 환자들은 수술후 회복되고 있거나 면역력이 떨어져 있어 세균의 감염위험이 높기 때문에 일반적으로 건강하지 않다고 할 수 있습니다. 대부분의 세균들은 건강한 사람들에게는 아무런 해를 끼치지 않으나, 같은 박테리아가 종종건강하지 않은 상태로 있는 환자들에게는 장기적이고 심각한 감염을 일으킬 수 있기 때문에 저희들은 환자들에게 이러한 감염현상을 방지할 수 있도록 도와 드리고자 합니다. 감염을 줄일수 있는 가장 쉽고 효과적인 방법중의 하나는 모든 병원직원, 환자 그리고 방문자들이 손의 청결에 대하여 익숙하게 이해하고 있는 일입니다.

### 손의 청결이란 무엇을 뜻합니까?

손의 청결이란 알콜에 적신 소독제나 비누를 사용하여 손을 씻음으로서 세균의 번식을 차단하는데 도움을 주는 상태를 의미합니다. 세균의 번식을 차단함으로써 환자들에게 감염되는 것을 줄일 수 있습니다.

### 저희들이 약속할 수 있는 사항

저희 병원의 모든 직원들은 환자들에게 가능한 한 안전하게 그리고 건강을 유지

해 드리기 위하여 할 수 있는 가장 용이한 방법이 손의 청결문제이기 때문에 이를 중요하게 취급하고 있습니다.

저희 직원들은 환자 한사람 한사람을 접촉할 때 그 전과 후에는 반드시 매 접촉시마다 손을 씻도록 하고 있습니다.

저희 병원에 입원해 있는 환자나 방문자는 손의 청결을 유지함으로써 감염을 방지할 수 있도록 저희와 함께 이 일에 동참해 주시기를 부탁드립니다.

## 손의 청결은 모든 분들에게 해당됩니다.

환자나 방문자는 병원에서 손을 청결히 하는 일에 매우 중요한 역할을 하고 있습니다.

- 방문자는 환자방을 출입시 매번 손을 씻어야 합니다.
- 환자나 방문자는 상처부위, 치료용 재료, 주사기 또는 환자가 사용하고 있는 물건들을 만지지 않도록 하여야 합니다.
  - 환자는, 특히 병원에 입원해 있을 동안에는 완벽한 개인 청결을 유지하여야 합니다. 이를 위해서는 변소에 다녀온 후와 식사를 하기 전에 손을 씻는 일이 포함됩니다.



## 질문을 해도 됩니다

때때로 저희 직원들은 매우 바빠서 환자는 의사나 간호사 또는 의료관계자들이 환자들을 접촉하기 전과 후에 손을 씻었는지 안 씻었는지를 모를 때가 있습니다.

세균감염을 방지하는 역할의 일환으로 저희들은 여러분들이 '질문을 해도 됩니다'라는 말을 기억해 주시기를 희망합니다. 의심이 나시면, 이 중요한 습관에 대하여 병원 직원들에게 기억을 환기시키는 일을 주저하지 마시기 바랍니다.

## 알콜에 적신 소독제로 손 씻는 방법\*

피부에 묻어있던 세균의 수를 현저히 줄일 수 있는 알콜에 적신 소독제로 손을 씻는 방법은 바누를 사용하여 자주 손을 씻는 방법보다 효과가 빠르게 나타나고 피부에 대한 자극을 줄일 수 있습니다.



비누를 사용하여 더러운 오염을 씻어내지 않아 피부가 육안으로 보아 깨끗하지 않을 경우 효과가 없습니다.

- 알콜에 적신 소독제로 손을 씻는 방법은 물없이 손을 씻을 수 있습니다.
- 깨끗하게 증발되며, 피부를 건강한 상태로 유지시키는 보습제도 포함되어 있습니다.

알콜에 적신 소독제로 완벽한 손의 청결상태를 유지하는 방법으로는;

1. 제품을 한쪽 손바닥에 바른 후 양 손바닥으로 온 손과 손가락사이를 습기가 없어질때까지 비벼줍니다.
2. 긴 손톱이나 인공적인 손톱부위는 청결하게 하기가 어렵습니다. 이런 분들에게는 손톱밑의 오염이나 세균을 없애기 위하여 별도의 주의가 필요합니다.

\* 국제 회교 지도자는 청결을 위하여 알콜에 적신 소독제의 사용을 허용하고 있습니다.

## 비누와 물을 사용하여 손을 씻는 방법

비누와 흐르는 물을 사용하면 손에 묻은 오물과 기름기를 제거할 수 있습니다. 이 방법은 손이 더러워 보일때 손을 씻는 가장 좋은 방법입니다.

### 비누와 물을 사용하여 손을 씻는 여섯단계의 중요한 방법으로는;

1. 수도의 꼭지를 풀고 손을 흐르는 물에 넣으십시오.
2. 비누를 칠합니다.
3. 비누가 고루 퍼지도록 손을 비벼줍니다.
4. 손 표면 전체에 비누를 발라 문지릅니다. 최소 10초에서 15초간 문질러 거품을 냅니다. 그런 후 고루 씻어냅니다.
5. 깨끗한 종이수건으로 닦아 말립니다.
6. 닦은 수건은 휴지통에 버립니다.



8시간을 1교대로 근무하는 평균 간호사들은 비누와 물을 사용하여 완벽한 손의 청결을 유지하기 위하여 거의 한 시간을 소비하고 있습니다.\*

약 일곱번(60초)으로 총 56분동안 손을 씻고 있는 셈입니다.

\* 전: Voss A.와 Widmer AF저 1997년판 ‘병원에서의 전염병방지를 위한 감염조절’

## 장갑의 역할

장갑은 완벽한 손의 청결을 위하여 유용하며 중요한 보조장비입니다. 그러나, 장갑을 착용하였다고 하여 손을 씻을 필요를 없애주는 것은 아닙니다.

여러분이 보시게 될 본 건물에 부착되어 있는 캠페인 포스터는 감염을 방지하기 위하여 모든 사람이 손을 씻는 일이 얼마나 중요한 일인가를 지속적으로 상기해 주는 내용입니다.

## 더 알기를 원하십니까?

여러분을 돌보고 있는 병원직원 누구에게나 말씀하십시오. 그분들은 여러분들이 보다 자세한 정보를 원하실 경우 저희들이 실시하고 있는 감염통제 담당자들을

을 알려드릴 것입니다.

