

감염예방 및 관리 방법

● 감염(感染)이란?

감염이란 세균이나 바이러스, 곰팡이, 원생동물, 벌레와 같은 수많은 감염원들이 몸속으로 침입해 이들 감염원이나 그 독소에 의해 신체가 오염된 상태를 말한다. 면역력은 개인차가 있으나 노인이 되면 면역기능이 저하되고 스트레스, 부적절한 영양공급, 만성질환, 특정한 약물사용 등으로 인해 더욱 면역력이 떨어져 감염성질환이 증가한다. 의료진이나 요양보호사의 손, 실내공기, 적출물 등에 의해서 감염되기 쉽다.

● 전사랑의 감염 위험요인

- 어르신들의 면역력 약화, 만성질환
- 실금, 실변, 우울증, 치매 등
- 유치도뇨관, 위루관 등을 사용
- 면역 억제제 등 약물 복용
- 고령, 일대일 감염을 촉진하는 환경 등

● 감염의 종류와 예(例)

▲ 호흡기 감염 : 폐렴

- 호흡기계를 통해 침입하는 미생물은 결핵균, 인플루엔자 바이러스, 수막염균 등이 있다.

▲ 소화기 감염 : 장염

- 음식물과 함께 섭취되어 위장관계에 머문 후, 질병을 일으킨다.

▲ 상처감염 : 욕창

- 대부분의 침입은 도뇨, 삽관, 수술 상처 등 침습적 의료처치로 정상피부, 점막방어력이 파괴되어 발생한다.

▲ 비뇨기계 : 요로감염

- 요로감염의 99%는 요로 카테터와 관련이 있다.

▲ 혈류

- 미생물은 혈류를 따라 직접 접근할 수 있다. 곤충에게 물려 혈류에 미생물이 침투하는 경우도 있다.

● 전사랑의 감염예방 및 관리 지침

▲ 전염병 및 식중독 예방과 확산방지를 위한 센터의 감염예방 및 관리 지침을 마련하여 평상시 예방에 만전을 기하고, 발생 시에는 신속히 대응하여 전염으로 인한 피해가 확산되지 않도록 조치한다.

▲ 전염병, 식중독 등을 예방하고 확산되는 것을 방지하기 위해

- 손 씻기 ○ 전염성 질환관리 ○ 쓰레기 전염성 관리 ○ 음식물 위생관리 등을 시행한다.

▲ 세부적인 시행방법을 각 분야별로 정하여 시행한다. 그 내용은 다음과 같다.

◎ 전사랑의 손 씻기

△ 목적 / 중요성

손은 감염성 미생물을 이동시키는 통로가 될 수 있으므로 직원 및 어르신들의 올바른 손 씻기를 통해 감염을 예방한다. **손 씻기의 감염예방 효과는 신종 플루 만연 시 확실히 입증되었다.**

△ 건강한 전사랑을 만들기 위한 3가지 손 씻기 약속

하나, 손을 자주 씻는다. 둘, 손을 올바르게 씻는다. 셋, 손을 깨끗하게 씻는다.

△ 손 씻기를 할 때 주의사항

- 손 씻기는 감염예방의 기본이므로 전사랑 노인복지 센터 전 직원과 어르신은 수시로 아래와 같은 방법으로 손 씻기를 습성화하고, 특히 다음의 경우에는 반드시 손을 씻도록 한다.

- ▶ 화장실을 이용 후
- ▶ 기저귀 케어 전, 후
- ▶ 식사(보조) 전, 후
- ▶ 간식(보조) 전, 후
- ▶ 소변 비우기 전, 후
- ▶ 코를 풀거나 기침, 재채기 후
- ▶ 쓰레기 처리 후
- ▶ 음식찌꺼기를 처리했을 때, 또는 식기를 닦고 난 후
- ▶ 외출에서 돌아온 직후
- ▶ 기타 필요한 경우

- 손톱 밑에도 미생물이 모이기 쉬우므로 가능한 손톱을 짧게 깎는다.

※ 비누를 사용하여 흐르는 물로 아래 방법대로 손 씻기를 정확하게 시행하면 세균의 99.8%까지 제거할 수 있다는 것이 연구결과이다.

※ 외부 손님 등 물과 비누를 사용한 손 씻기가 제한되는 인원이 센터에 출입하는 경우, 센터 입구에 비치된 손세정제를 사용하여 소독을 하도록 반드시 안내한다.

△ 손을 씻는 순서

- 흐르는 미온수와 부드러운 비누를 사용하여 손을 씻는다.

※ 담겨진 물에 씻거나, 물을 적신 수건으로 닦는 것은 오염물을 제거할 뿐 미생물을 제거하지는 못한다.

※ 물비누가 효과적이다. 젖어있는 고형비누는 오염이 되기 쉬우므로 작게 잘라서 사용하는 것이 좋다.

- 비누거품이 날 때 까지 양손을 힘 있게 적어도 15초 이상 계속 문지른다. 손등과 손바닥, 손가락 사이, 손톱 밑까지 꼼꼼히 문지른다.

- 흐르는 온수에 손을 행군다.

- 깨끗한 일회용 수건이나 사용하지 않은 수건으로 손의 물기를 완전히 닦는다.

- 깨끗한 손으로 수도꼭지를 직접 잡지 말고, 손을 닦은 수건으로 수도꼭지를 감싸서 수도꼭지를 잠근다.

△ 올바르게 깨끗하게 손을 씻는 방법

- 비누를 묻힌 손바닥과 손바닥을 마주쳐서 문지른다.

- (손바닥과 손바닥을 마주쳐서) 손각지를 끼고 문지른다.

- 손바닥과 손등을 마주쳐서 문지른다. 손을 바꿔서 똑같이 문지른다.

- 손가락을 반대편 손바닥에 대고 문지른다.

- 엄지손가락을 반대편 손바닥으로 움켜쥐고 문지른다. 손을 바꿔서도 한다.

- 손톱을 손바닥에 대고 문지른다. 손을 바꿔서도 한다.

- 비눗기가 완전히 없어질 때까지 흐르는 물에 행군다.

- 깨끗한 수건이나 1회용 종이 수건 등으로 물기를 완전히 닦는다.

※ 여럿이 사용하는 수건은 오염이 되기 쉬우므로 수시로 교체하고, 깨끗하게 세척한다.

◎ 전사랑의 전염성 질환 관리

△ 법정 전염병의 종류

노인시설은 다양한 어르신, 직원, 가족 등이 집단생활을 하는 곳으로 전염성 질환이 발생하면 쉽게 퍼질 위험이 있다. 특히, 어르신들은 면역력이 떨어져 있는 경우가 많으므로 전염성 질환의 증상을 발견하면 신속하게 진료를 받고, 즉각적으로 대처하는 것이 중요하다.

구 분	내 용
제 1군 전염병	(발견 즉시 신고 필요) 콜레라, 세균성 이질, 장티푸스, A형간염, 파라티푸스, 장출혈성 대장균 감염증
제 2군 전염병	(예방 접종 대상) 디프테리아, 파상풍, 홍역, 일본뇌염, 폴리오, 백일해, 유행성이하선염, B형간염, 풍진
제 3군 전염병	(모니터링 및 예방홍보 대상) 성홍열, 쯤쯤가무시병, 램토스페라증, 말라리아, 결핵, AIDS, 한센병, 레지오넬라증, 비브리오패혈증, 르루셀라증, 말진티푸스, 유행성 출혈열 등
제 4군 전염병	(신중 및 해외 유입 전염병) 페스트, 황열, 뎅기열, 두창, 야토병, 조류인플루엔자, 야토병, 큐열, 진드기 매개뇌염, 라임병 등

△ 전사랑의 전염성 질환자 발견 시 대처 요령

- 센터에서 피부질환으로 몸을 자주 긁는 어르신을 발견한 경우, 병원 피부과 진단을 통해 단순 피부질환인지 전염성 피부질환인지 반드시 확인한다.
- 전염성 질환으로 진단받은 경우 보호자에게 연락을 취하고, 보건소에 신고가 필요한 경우 신고하도록 한다.
- 격리가 필요한 어르신의 경우 격리를 하여 전염을 막도록 하고, 병원에서 장기간의 치료가 이루어져야 하는 경우에는 보호자와 상담 후 반드시 필요한 조치를 취하도록 한다.
- 센터 내 침구, 의류, 생활용품 등은 반드시 일광소독 및 알코올 등을 이용하여 소독을 철저히 하게 한다.

※ 전사랑의 소독제 사용기준

물 품	소 독 제	방 법
소변기, 대변기	70~75%알코올	흐르는 물로 세척→소독 액에 1시간 이상 담가놓기→물로 씻기
침대, 장롱, 소파, TV 등	70~75%알코올	소독 액으로 닦기. 가능한 것은 일광소독
체온계, 혈압계	70~75%알코올	소독 액으로 닦기. 일광소독
Tube류	70~75%알코올	소독 액에 1시간 이상 담그기→흐르는 물로 씻고, 건조

△ 전사랑의 전염성 질환 예방 요령

- 평상 시 주기적으로 센터 일대에 대한 소독(외부 업체 의뢰+자체)을 실시한다.
- 평소 손 씻기를 습성화하고, 활력징후 측정, 투약지도, 적절한 영양공급 등을 통해 면역력을 증진한다.(예 : 겨울철 생강차 마시기, 굴 드시기, 여름철 제철 과일 급식, 물 마시기 등)
- 센터에서 시행하는 개별화 맞춤형, 통합적 프로그램에 적극적으로 참여한다.
- 전염성 질환 창궐 시 센터 어르신들의 면역력 등을 고려하여 필요한 조치를 한다. 필요한 조치에는 외부와 격리 및 차단 등도 포함되고, 이때는 반드시 보호자의 동의를 얻는다.

◎ 전사랑의 **쓰레기 전염성 관리**

- 분비물은 발생 즉시 처리한다.
- 배설물을 만질 때에는 반드시 장갑을 착용한다.
- 배설물 등을 처리한 후 반드시 손을 씻는다.
- 어르신의 옷이 젖거나 더러워졌을 때에는 즉시 옷을 갈아입힌다.
- 사용한 물품들은 철저히 세탁하며, 더럽혀진 침구는 반드시 더러운 쪽이 안쪽으로 향하게 말아서 세탁통에 넣는다.
- 장갑을 끼고 오염된 세탁물을 따로 배출한다.
- 배설물(대소변, 농, 혈액 등)이 묻은 의류나 물건은 따로 세탁하거나, 1차로 세탁한 후 일반 빨래와 함께 세탁한다.
- 어르신이 사용하는 물품에 배설물(대소변, 농, 혈액 등)이 묻은 경우 찬물로 닦고 더운물로 행구고 필요 시 소독한다.
- 장갑을 벗고 손을 깨끗이 씻는다.

◎ 전사랑의 **감염성 폐기물 분류 및 수거 요령**

▲ 감염성 폐기물 분류 및 수거 목적

- 감염성 폐기물을 적절히 분류하고 수거하여 감염을 예방한다.

▲ 감염성 폐기물 분류 및 수거 방법

- 일반의료 폐기물과 손상성 폐기물을 분류하고, 각각의 표시와 덮개가 있는 보관함에 분리하여 배출한다.

- 일반 의료 폐기물

내 용	혈액체액분비물, 배설물이 있는 탈지면, 붕대, 거즈, 일회용 주사기
용 기	감염성 폐기물 전용 박스 또는 전용 비닐 이용
배 출 자	전사랑 힐링 센터
수 거 자	
수거기간	15일 이내 배출

- 손상성 폐기물

내 용	혈액체액분비물, 배설물이 있는 탈지면, 붕대, 거즈, 일회용 주사기
용 기	needle 수거용 전용 플라스틱 통
배 출 자	전사랑 힐링 센터
수 거 자	
수거기간	1개월 이내 배출

◎ 전사랑의 음식물 위생관리

△ 식중독 등 식품으로 인한 건강문제 발생 예방을 위한 전사랑의 3가지 약속

하나, 청결하게 한다. 둘, 조리음식은 신속하게 먹는다. 셋, 냉각이나 가열처리한다.

△ 음식물 조리

- 음식물을 조리하는 인원은, 원장 포함, 보건소에서 보건증을 받는다.
- 식품을 조리할 시에는 식중독을 유발하지 않도록 철저히 가열한다. 고기는 70℃이상에서 익히고 냉동한 고기는 해동한 직후 조리한다.
- 조리용 젓가락과 식사용 젓가락을 철저히 구분하여 덜 익은 고기를 섭취하여 발생하는 문제를 없앤다.
- 조리 시 75℃이상 도달 후 그 지점에서 1분 이상 가열하며, 조리된 식품은 꼭 덮개를 씌워 2차 오염을 방지한다. 급식물품의 전달 조리는 가능한 제한하며, 매 조리 공정이 끝날 때마다 밥, 반찬류, 국 등을 보존식(5℃이하 상태로 72시간, 전용용기 사용, 100g정도, 전용냉장고에 3일간) 으로 보관하여 식중독 발생 시 근거 자료로 사용해야 한다.

※ 식당에 대한 청결유지와 위생 점검, 식자재에 대한 유통기간 확인 관리 등 공단 지침과 관련 규정 등을 철저히 준수한다.

△ 식재료 및 음식물 보관

- 조리한 식품을 실온에 방치하면 음식이 상할 수 있으므로 조리한 음식은 가능한 빨리 섭취하고 냉동식품은 해동과 냉동을 반복하지 않는다.
- 조리식품은 4~5시간 이상 보관할 경우, 반드시 60℃ 이상이나 10℃이하에서 저장한다.
- 냉장온도는 10℃이하 냉동온도는 -18℃이하를 유지하도록 한다.
- 조리한 식품과 조리하지 않은 식품이 접촉하면 식품이 오염될 수 있으므로 이를 방지한다.

△ 음용수 관리

- 음용수는 정수기를 사용하고, 수인성 질환 창궐 시 등 비상 상황인 경우에는 음용수를 끓여서 제공하고, 이때 보온병과 물 컵 등에 대해 철저히 위생관리를 한다.
- 정수기필터에 대한 정기적인 관리(점검, 교체 등)를 통해 어르신들이 안전하게 물을 마실 수 있도록 한다.

△ 식기, 수저 소독

- 식중독, 전염성 질환 등을 예방하기 위해 센터에서는 정기적으로 식기, 수저를 소독한다.
- 식기, 수저 소독은 매일 식기세척기를 이용하여 소독하고, 주기적으로 자비 소독을 시행한다.
- ※ 식기, 수저는 양질의 것을 사용하여 이로 인해 질병이 생기지 않도록 한다.