

# 장관감염증

2차 감염 예방에 대해



나고야시 보건소

## 장관감염증

장관감염증이란 병원체가 장내에서 증식하여 설사 등의 증상을 일으키는 감염증을 말합니다.

| 감염증            | 잠복기*                    | 증상                                      | 비고                                                                                                                                                                          |
|----------------|-------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 콜레라            | 수시간~5일<br>(보통 1일 이내)    | 쌀뜨물 같은<br>설사                            | 중증인 경우에는 복부의 불쾌감과<br>불안감이 지속되며, 갑작스런 설사와<br>구토가 시작되고 혈압이 떨어져<br>생명에 직결되는 위험한 상태에 빠질<br>수도 있습니다.                                                                             |
| 세균성<br>이질      | 1~5일<br>(대다수는<br>3일 이내) | 전신 권태감,<br>오한을 동반한<br>급격한 발열,<br>수양성 설사 | 감염력이 높고 식기, 젓가락 등을<br>통해 감염될 수도 있습니다.                                                                                                                                       |
| 장출혈성<br>대장균    | 2~14일 정도<br>(보통 3~5일)   | 수양성 설사,<br>혈변, 복통,<br>발열                | 주요 균주는 0157, 0111, 026 등.<br>소와의 접촉으로 감염될 수도<br>있습니다. 감염력이 강해 소량의<br>균만 입으로 들어와도 감염됩니다.<br>어린이나 고령자 등 면역력이 약한<br>사람은 중증화할 수 있습니다. 또한<br>혈뇨 및 빈혈을 일으키기도 합니다.<br>(용혈성 요독증후군). |
| 장티푸스·<br>파라티푸스 | 7~14일                   | 발열, 두통,<br>식욕부진,<br>전신 권태감              | 대부분이 해외에서 감염됩니다. 설사<br>증상은 거의 없습니다.                                                                                                                                         |

\*잠복기: 균이 신체에 들어간 후 증상이 나타나기까지의 기간

이러한 감염증 외에 감염성 위장염(노로바이러스, 로타바이러스 등)이 있습니다.

장관감염증은 다음과 같은 경우에 감염됩니다.

- 병원체에 오염된 음식을 먹을 때.
- 병원체에 오염된 곳(트레이 손잡이나 문 손잡이 등)을 만진 후 손을 제대로 씻지 않고 음식을 먹을 때.



## 2차 감염에 주의를

'2차 감염'이란 환자의 대변에서 나온 병원체가 손가락이나 식품, 물건을 매개로 다른 사람의 입으로 들어가 감염이 확산되는 것을 말합니다. 감염 확산 방지를 위해서는 다음 사항에 주의해 주십시오.

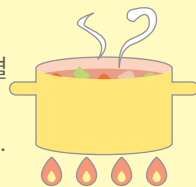
※설사·복통·발열 등의 증상이 있으면 되도록 신속히 의료기관에서 진찰을 받도록 합니다.

### ■음식 조리, 식사 전

- 균이 식품이나 식기에 달라붙는 것을 방지하기 위해 음식 조리 전에는 반드시 손을 비누와 흐르는 물로 씻도록 합니다. 싱크대가 아닌 다른 세면대에서 씻는 것이 이상적입니다.
- 환자는 대변에서 균이 없어질 때까지 가정 내 음식 조리를 되도록 피합니다.
- 환자는 음식 조리 및 식사 전, 화장실 사용 후에 충분히 손을 씻고 소독용 알코올 등으로 소독합니다.
- 가족도 식사 전 및 화장실 사용 후 등에는 손을 충분히 씻도록 합니다.

#### [음식 조리 시 주의사항]

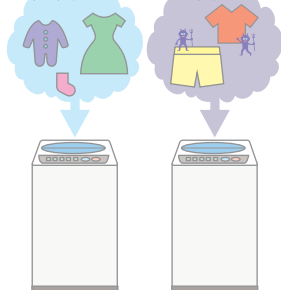
- 가열할 수 있는 것은 중심부까지 충분히 가열 (중심 온도 75℃로 1분 이상)합니다.
- 생야채 등은 흐르는 물에 깨끗이 세척합니다.
- 만든 음식은 가능한 빨리 먹도록 합니다.
- 식기는 설거지 후 뜨거운 물을 뿌리거나 소독액에 담가 소독합니다.
- 냉장고 안도 깨끗이 청소합니다.



### ■세탁

- 환자의 대변으로 오염된 속옷, 의류, 침구는 다른 가족의 세탁물과 따로 세탁합니다.
- 일회용 장갑 등을 사용하여 묻어 있는 대변을 제거하고 오염을 없앤 후 행귀냅니다. 오염된 물은 화장실 변기에 내려줍니다.
- 소독이 필요하다면 차아염소산나트륨에 30~60분 담가둡니다(p4 참조).
- 의류, 이불은 햇볕에 말려 잘 건조시킵니다.

가족 세탁물 먼저 환자 세탁물은 다음



## ■집단생활

- 열이 있을 때는 등원, 등교를 자제합니다.
- 놀이 전후에는 손씻기를 충분히 합니다.
- 입에 들어가는 완구 등은 깨끗이 닦고 필요에 따라 끓는 물 등으로 소독합니다.
- 설사가 있을 때는 수영, 물놀이, 집단으로 놀거나 급식 당번은 자제합니다.



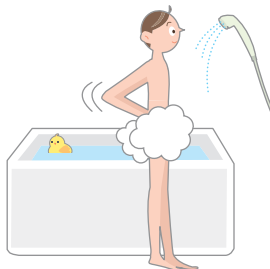
## ■화장실, 오물 처리

- 배변 후 손씻기: 균은 화장실 휴지를 여러겹으로 쓰더라도 손에 묻을 수 있습니다. 휴지로 닦은 후에는 되도록 다른 곳을 만지지 말고 즉시 손을 씻도록 합니다.
- 화장실을 청결하게: 설사의 비밀이 묻기 쉬운 곳은 평소에 자주 청소하도록 하며 필요에 따라 소독을 실시합니다. 소독은 소독용 알코올로 닦는 것이 간단합니다.
- 오물은 맨손으로 만지지 말고 일회용 장갑 등을 사용합니다.
- 오물을 처리한 후에는 손을 잘 씻고 필요에 따라 소독합니다.
- 기저귀를 갈 때 오염 확산을 방지하기 위해 기저귀 교환은 정해진 장소에서 합니다.
- 변기 레버나 문 손잡이 등 균으로 오염되기 쉬운 곳은 소독용 알코올 등을 사용하여 소독합니다.



## ■목욕

- 욕조에 들어가기 전에 엉덩이를 잘 씻어 균을 제거합니다.
- 환자의 입욕은 제일 나중에 하며 다른 가족과 함께 들어가지 않도록 합니다.
- 목욕물은 매일 갈아주고 욕조 등도 청결하게 청소합니다. 수건 및 배스타월의 공유는 피합니다.



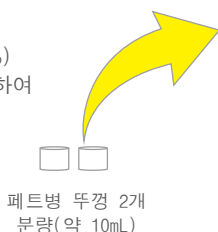
# 가정에서 사용하기 쉬운 소독액과 사용법

| 소독용 알코올            |                                                                                                                |
|--------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 손가락                | 충분한 양을 손바닥에 덜어, 손바닥→손등→<br>손끝→손톱 밑→엄지손가락→손목 순서로<br>문지른 후 충분히 건조시킵니다.<br>※눈에 보이는 오염이 있는 경우에는 소독 전에 손씻기를<br>합니다. |
| 변기,<br>화장실 문 손잡이 등 | 페이퍼타월 등에 알코올을 충분히 묻혀<br>닦아내고 자연 건조시킵니다.<br>※고무제품, 합성수지 등은 변질되므로 장시간 사용 금지.                                     |

| 차아염소산나트륨(0.02%)   |                                                                                                                                                            |
|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 속옷, 의류,<br>침대시트 등 | 의류의 오염을 제거하고 차아염소산나트륨에<br>30~60분 담근 후 세탁합니다.<br>※표백작용을 하므로 금속에는 사용하지 말 것.<br>※소독액이 직접 피부에 닿지 않도록 비닐 장갑 등을 사용할 것.<br>※충분한 환기를 할 것.<br>※산성 세제와 섞어서 사용하지 말 것. |

## [차아염소산나트륨(소독액) 만드는 법 약 0.02%(200ppm)]

주방용 염소계 표백제  
(차아염소산나트륨 5~6%)  
원액 10mL를 물에 희석하여  
2L로 만든다.



잊지 말고  
표시하기

물로 희석하여 2  
리터 페트병 1개로  
만든다.

- ※소독액은 사용상의 주의사항을 잘 읽고 사용합니다.
- ※소독액은 오염을 제거한 후 사용합니다.
- ※소독액은 적정 농도와 소독 시간을 엄수합니다.
- ※소독액을 사용할 때는 눈에 들어가거나 흡입하지 않도록 주의합니다.  
눈에 들어간 경우에는 즉시 흐르는 물로 씻어냅니다.
- ※소독액은 어린이의 손이 닿지 않는 곳에 보관합니다.



## 채변 방법에 대해

균을 배출하지 않는 것을 확인하는 검사를 위해 대변의 제출이 필요할 수 있습니다.

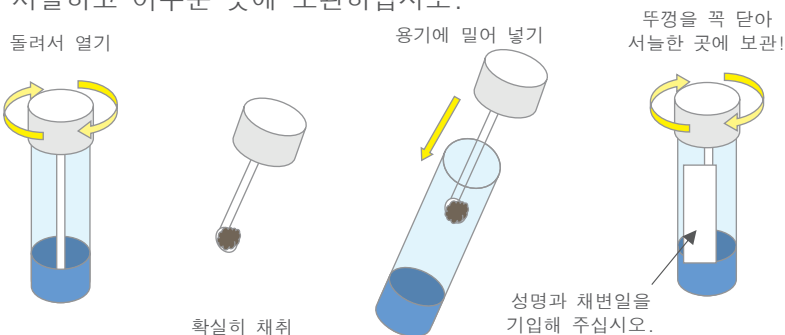
### ■ 녹색 용기

- 엄지손톱 크기 이상의 대변을 채취하여 주십시오. (대변의 양이 적으면 검사 결과가 정확하지 않을 수 있습니다.)
- 대변을 용기에 담은 후 뚜껑을 꼭 닫고 비닐봉지나 종이백에 넣어 서늘하고 어두운 곳에 보관하십시오.
- 사용한 나무 숟가락은 비닐봉지에 넣어 묶어서 가연성 쓰레기로 적절하게 처리해 주십시오.



### ■ 스틱

- 사용 전의 용기는 실온에 보관해 주십시오.
- 대변은 1회당 1개의 용기에 담아 주십시오.
- 용기는 뚜껑을 돌리면 열리며, 뚜껑에 채변용 스푼이 달려 있습니다.
- 스푼으로 대변을 눈에 보이는 확실한 양을 채취해 주십시오.
- 대변을 용기에 담은 후 뚜껑을 꼭 닫고 비닐봉지나 종이백에 넣어 서늘하고 어두운 곳에 보관하십시오.



## 올바른 손씻기 방법

손을 씻기  
전에

- 손톱은 짧게 잘라둡니다
- 시계, 반지는 빼둡니다

1



흐르는 물에 손을 잘 적신 후,  
비누를 묻혀 손바닥을 잘  
문지릅니다.

2



손등을 펴주듯이 문지릅니다.

3



손끝과 손톱 밑을 꼼꼼히  
문지릅니다.

4



손가락 사이를 씻어줍니다.

5



엄지손가락을 다른 편  
손바닥으로 돌려주면서  
씻어줍니다.

6



손목도 잊지 말고 씻어줍니다.  
(후생노동성 홈페이지에서 일부 발체)

비누로 세정한 후 물로 충분히 헹구고 깨끗한 수건 또는  
페이퍼타월로 잘 닦아내어 건조시킵니다.

## 업무 제한에 대해

감염의 확산 방지를 위해 식품 관련업 종사자  
등은 법률에 따라 균이 배출되지 않을 때까지  
음식물에 직접 접촉하는 업무에 종사하는 것을  
제한합니다.



