

기본적인 감염 대책

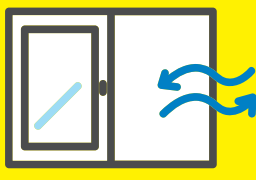
감염증은 바이러스나 세균 등이 몸 안에 들어와 증상이 나타나는 질병입니다. 바이러스 등은 환기가 잘되지 않는 장소에 머물거나, 기침에 포함되어 있거나, 자신의 손에 묻어 있을 수 있습니다. 감염증 위기 상황에서도

- ① 환기 ② 마스크 착용 등 기침 에티켓 ③ 손 씻기 ④ 군중 피하기

와 같은 기본적인 감염 대책은 유효합니다.

자신을 지키고, 소중한 주변 사람들에게 전염되지 않도록 기본적인 감염 대책을 실천합시다.

① 환기



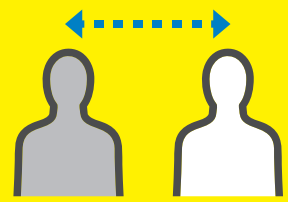
② 마스크 착용 등 기침 에티켓



③ 손 씻기



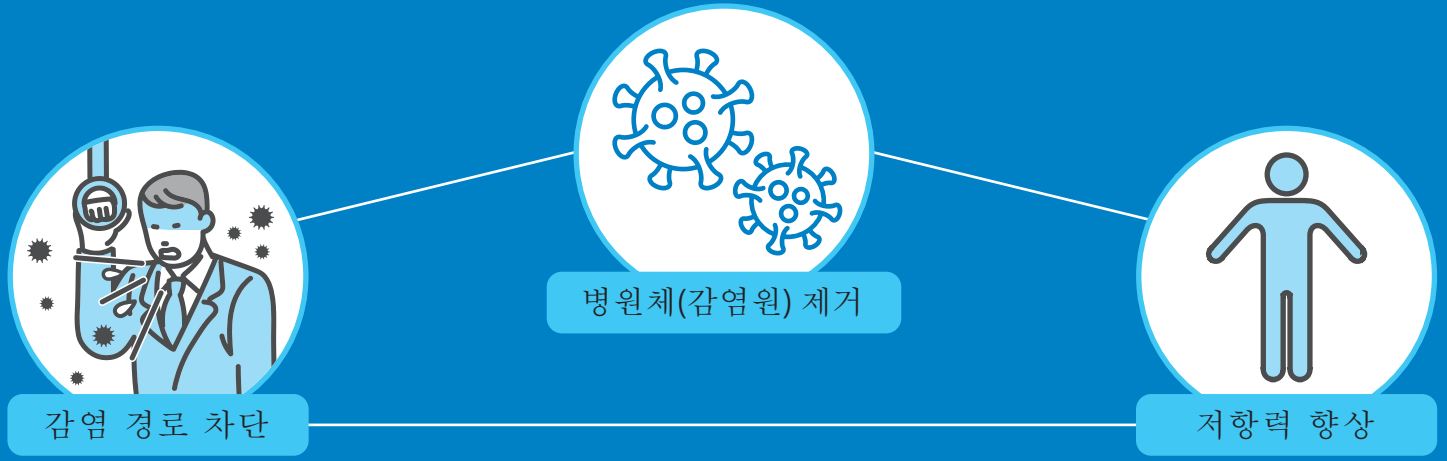
④ 군중 피하기



자세한 것은 뒷면을 확인해 주세요

감염증 성립의 3가지 요인

감염증은 i병원체(감염원), ii감염경로, iii숙주 3가지 요인이 갖춰질 때 감염됩니다. 감염 대책에서는 이 요인 중 하나라도 제거하는 것이 중요합니다.



감염증에 관한 최신 정보

후생노동성 등의 공식 웹사이트와 SNS를 통해 항상 업데이트 되고 있습니다. 꼭 확인해 보시길 바랍니다.



내각 감염증
위기관리 총괄청
공식 SNS 등

WEB



X



Facebook



Instagram



youtube





후생노동성
공식 SNS 등

WEB



X



Facebook



LINE

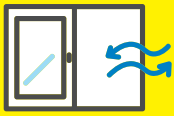


youtube



감염증 위기 상황에서 권장되는 기본적인 감염 대책

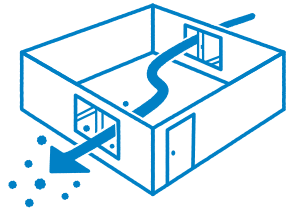
① 환기



환기를 통해 공기 중의 바이러스 등을 밖으로 내보낼 수 있습니다.

필요한 환기량을 확보했는지 확인하는 방법으로 이산화탄소 농도 측정기(CO2 센서) 활용 등이 있습니다.

.....
맞은편 창문
2곳 이상 열기
.....

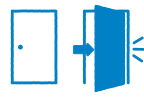


.....
창문이
1곳만
있는 경우
.....

환풍기를
항상 켜기

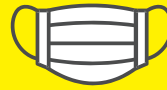


문을 열기



공기 통로를 확보하는 것이 중요합니다.

② 마스크 착용 등 기침 에티켓



기침 에티켓으로 바이러스를 포함한 비말 확산을 막을 수 있습니다.

비말 감염 등을 어느 정도 방지할 수 있는 부직포 마스크를 추천합니다.

3가지 기침 에티켓

전철이나 직장, 학교 등 사람이 많이 모이는 곳에서는 이렇게 합니다



올바른 마스크 착용법



③ 손 씻기



손 씻기로 손에 부착된 바이러스를 줄일 수 있습니다.

흐르는 물로 손을 씻을 수 없을 때는 손 소독 (소독용 에탄올 등)이 유효합니다.



올바른 손 씻기 방법

① 손 씻기 전에

- ☒ 손톱을 짧게 깎아 둡시다.
- ☒ 시계나 반지는 빼 둡시다.



흐르는 물에 손을 충분히 적신 후, 비누칠을 하고 손바닥을 잘 비벼 줍니다.



손등을 피듯이 비벼 줍니다.



손가락 끝과 손등 사이를 꼼꼼하게 비벼 줍니다.



손가락 사이를 씻습니다.



엄지와 손바닥을 비벼 씻습니다.



손목도 잊지 않고 씻습니다.

손가락 사이나 손목도 잊지 마세요.

④ 사람이 많은 장소 피하기



감염증 위기 상황에서도 사람이 많은 장소를 피하는 것으로 감염 기회를 줄일 수 있습니다.

열, 기침 등 몸 상태가 좋지 않을 때는 사람이 많은 장소에 가지 않도록 합니다.

특히

- 고령자** **기저질환이 있는 분**
 - 임산부** **몸 상태가 좋지 않은 분은**
- 사람이 많은 곳이나 변화가로의 외출을 피합니다.



감염증의 특성이나 상황 변화에 따른 최신 정보와 대책은
후생노동성 등 공식 웹사이트 및 SNS에 수시로 업데이트되니 확인해 주십시오.



내각 감염증 위기관리 총괄청



후생노동성

가정과 직장에 마스크와
손 소독제 등을
비축해 둡시다!