

참고1

감염병 예방수칙 : 올바른 손씻기와 기침 예절

**비누로 꼼꼼하게
30초 이상**

[올바른 손씻기 6단계]



**올바른 손씻기와 기침예절로
많은 감염병을 예방할 수 있습니다.**

**기침할 때 옷소매로
입과 코를 가리고!**



[올바른 기침예절]



발행일 : 2020.10.27.

질병관리청

코로나19 올바른 마스크 착용법

“마스크 착용으로 감염병 예방할 수 있습니다”

- 1 마스크를 착용하기 전, 흐르는 물에 비누로 손을 꼼꼼하게 씻으세요
- 2 마스크로 입·코를 완전히 가려서, 얼굴과 마스크 사이에 틈이 없게 하세요
- 3 마스크 안에 수건, 휴지 등을 넣어서 착용하지 마세요
- 4 마스크를 사용하는 동안 마스크를 만지지 마세요
마스크를 만졌다면 흐르는 물에 비누로 손을 꼼꼼하게 씻으세요
- 5 마스크를 벗을 때 끈만 잡고 벗긴 후, 흐르는 물에 비누로 손을 씻으세요

접이형 제품 착용법

- 1 마스크 날개를 펼친 후 양쪽 날개 끝을 오므려주세요
- 2 고정심 부분을 위로 하여 코와 입을 완전히 가려주세요
- 3 머리끈을 귀에 걸어 위치를 고정해주세요
- 4 양 손가락으로 코편이 코에 밀착되도록 눌러주세요
- 5 공기누설을 체크하며 안면에 마스크를 밀착시켜 주세요

컵형 제품 착용법

- 1 머리끈을 아래로 늘어뜨리고 가볍게 잡아주세요
- 2 코와 턱을 감싸도록 얼굴에 맞춰주세요
- 3 한 손으로 마스크를 잡고 위 끈을 뒷머리에 고정합니다
- 4 아래 끈을 뒷목에 고정하고 고리에 걸어 고정합니다
- 5 양 손가락으로 코편이 코에 밀착되도록 눌러주세요
- 6 공기누설을 체크하며 안면에 마스크를 밀착시켜 주세요

출처 : 식품의약품안전처 보건용 마스크 올바른 사용법

주의!

제대로 쓰지 않으면 예방효과가 없어요!

잘못된 마스크 착용, 안돼요!



① 코가 노출되는
마스크 착용

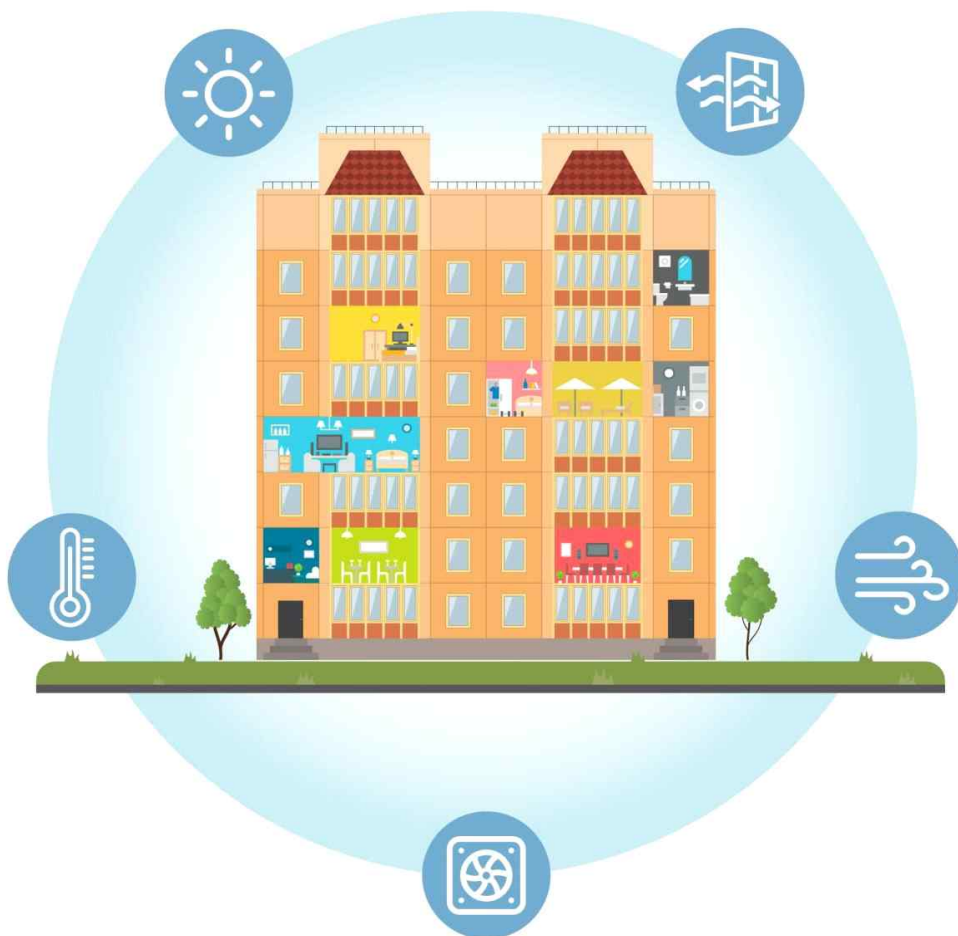


② 턱에 걸치는
마스크 착용



③ 마스크 겉면을 만지는 행위

코로나19 확산방지를 위한
슬기로운 환기 가이드라인

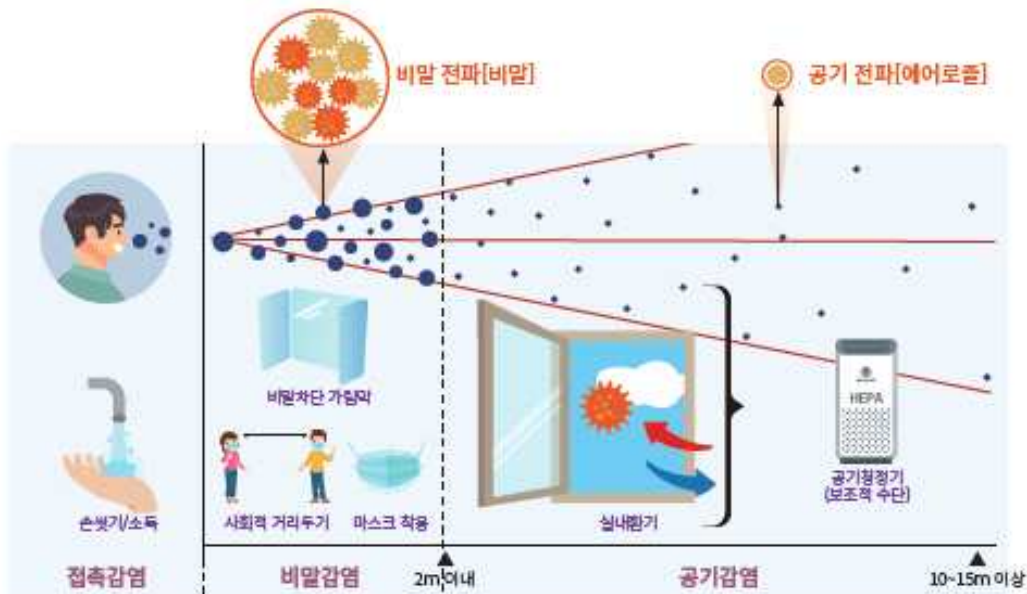


코로나19 바이러스 비말입자 확산특성과 예방법

1

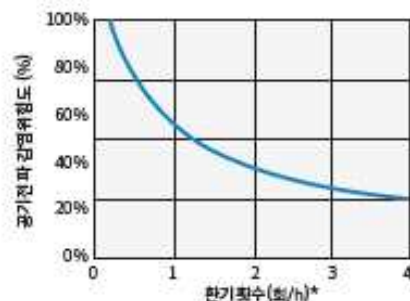
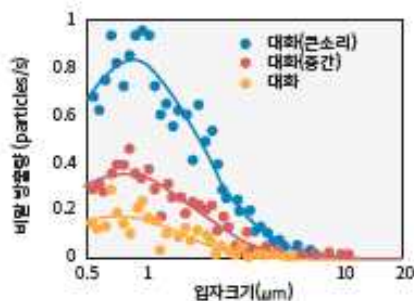
| 비말입자 크기별 특성 및 코로나19 바이러스 생존시간 |

- 5 μ m 이상의 비말은 대부분 1~2m에서 침강하나, 5 μ m이하의 에어로졸은 공기중 장시간 부유하여 10m 이상 확산가능
- 코로나19는 공기중 3시간, 스테인레스에서 2일간 생존가능(출처: NEJM, 2020)
 - 접촉 및 비말감염 방지를 위해서는 소독, 사회적 거리두기, 마스크착용 등이 유효한 수단
 - 건물내 집단감염 및 에어로졸에 의한 공기감염 예방을 위해서는 환기가 필수적 수단



| 활동량에 따른 비말방출량 및 환기에 의한 공기전파 감염위험도 변화 |

- 활동량에 따라 호흡량(바이러스 배출량)이 증가하므로, 체육시설 및 카페 등과 같이 호흡량이 많은 시설은 공기전파 감염위험도가 높음
- 환기량*(자연환기 및 기계환기)이 커질수록 공기전파 감염위험도가 낮아지며, 10분 내외의 자연환기시 (외부환경에 따라 달라질수 있으나, 3회 환기횟수 확보) 오염물질 농도 및 공기전파 감염위험도 1/3로 감소



*환기량은 외부공기가 실내에 유입·유출되는 양으로, 환기횟수 1회/h는 1시간에 실내체적 만큼 유입·유출되는 환기량

코로나19 확산방지를 위한 올바른 환기 가이드라인

코로나19 확산방지를 위한 창문을 이용한 자연환기

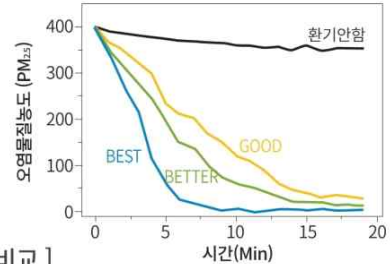
2

| 맞통풍이 가능하도록 전후면 창문 개방 및 냉난방기 가동중에도 자연환기 |

- 하루에 최소 3회, 매회 10분 이상 창문을 열어 자연환기를 실시하고, 맞통풍을 고려하여 전후면 창문 및 출입문 개방



[자연환기 방식별 환기효과 비교]



| 중복지 형태의 건물(학원 등)에서는 유해물질 확산방지를 위해 출입문은 항상 닫은조건을 유지하고, 자연환기는 동시에 실시!

- 출입문 상시 개방시 다른 공간으로 유해물질 확산 우려가 있으므로 출입문은 항상 닫은 조건을 유지하되, 자연환기시 모든 실에서 출입문과 창문을 동시에 개방하여 환기

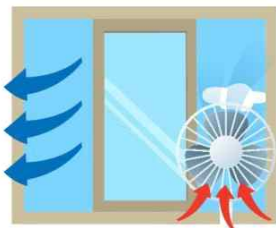


[학원 수업중 자연환기 방법]



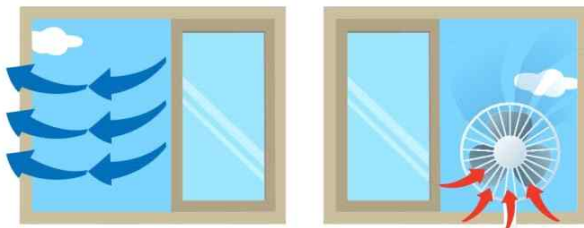
[학원 쉬는시간 자연환기 방법]

| 환기설비가 없는 건물에서 선풍기 등을 활용한 환기량 증대방법 |



선풍기 또는서큘레이터로
실내 유해물질 외부로 배출

[창문이 1개인 경우 환기방법]



선풍기 또는서큘레이터로
실내 유해물질 외부로 배출

[창문이 2개인 경우 환기방법]

코로나19 확산방지를 위한 건물 유형별 환기가이드라인

3

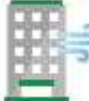
| 코로나19 대응 환기가이드라인 일반원칙 |

- 자연환기 또는 기계환기설비를 활용하여 실내공간에서 발생한 바이러스 등 실내유해물질 제거
 - 창문 및 출입문을 개방하고, 선풍기 및 환기설비 등으로 환기량 극대화
 - 공기청정기 활용시 유해물질 제거에 보조적인 도움



| 건물 유형별 코로나19 대응 환기가이드라인 기본원칙 |

- 환기설비 외기도입량을 최대로 하고(내부순환모드 지양), 환기설비가 설치되지 않은 건물에서는 자연환기를 수시로 시행
- 건물내 중간 확산 방지를 위해 화장실 배기팬 상시가동 및 위생배관 점검

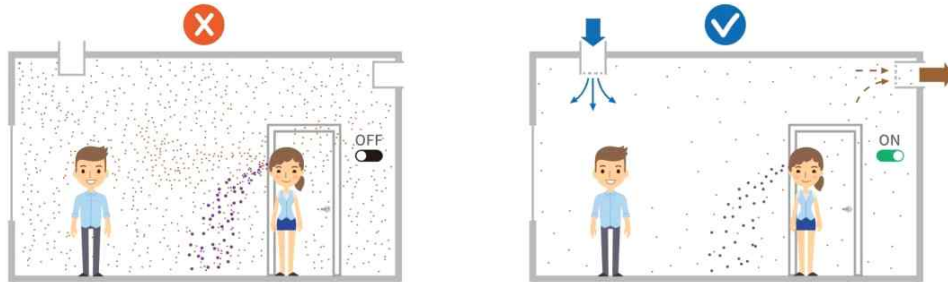
건축물 및 환기설비 유형	환기가이드라인 기본원칙				
 [사무소, 쇼핑몰, 병원 등]	 환기시스템 가동 확인	 외기도입 극대화	 사용전 유해물질 배출	 내부순환 금지	 화장실팬 상시 가동
 [소규모 점포]	 자연 환기(수시)	 환기시스템 가동	 화장실팬 상시 가동	 위생배관 통수 확인	
 [다중이용시설]	 자연 환기(상시)	 기계설비활용 환기량 증대	 환기시스템 가동	 화장실팬 상시 가동	

코로나19 확산방지를 위한 병원, 다중이용시설 기계환기

4

|(내부순환모드 지양)외기도입량 100% 및 전배기 방식의 기계환기 상시가동 권고 |

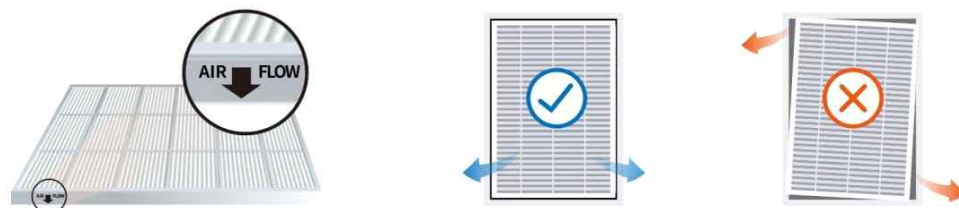
- 재실시간이 길고, 다수가 이용하는 병원, 카페, 콜센터 등에서는 환기설비를 상시 가동하여, 바이러스 등 유해물질 제거



- 내부순환모드 지양(환기설비 외기도입량 최대화)

구분	내부순환모드	혼합모드	전외기 급기 / 전배기 모드
시스템 구성도			
취출구농도 측정사례			

- 고성능필터를 사용하고, 필터와 카트리지가 누설이 발생하지 않도록 설치에 유의



코로나19 확산방지를 위한 공동주택 및 사무소 건물에서의 환기방법

5

| 실내공간에서 음압형성시 화장실 배관, 환기구로 유해물질 유입가능 |

- 연돌현상이나 조리 중 레인지후드 가동 등으로 실내공간에 음압이 형성되어 오염물질 유입가능
- 역류방지 댐퍼가 있는 배기팬 설치 및 레인지후드 가동시 자연환기 병행



| 공동주택 및 사무소 건물에서 층간 오염물질 확산방지를 위한 설비점검 |

- 화장실 문은 항상 닫은 상태를 유지하고, 배기팬은 역류방지댐퍼가 있는 제품 설치
- 사무소 및 다중이용시설의 화장실 배기팬은 상시 가동
- 화장실 설비배관내 통기가 이루어지지 않도록 시설 점검

