

# 감염병 예방은 내 손으로 올바른 손씻기





“손씻기는 가장 경제적이며 효과적인  
감염 예방법입니다.”

“각종 감염성 질병으로부터 자신의 **건강을**  
**보호**하는 쉽고 **간단한 방법...**”



**올바른 손씻기의 중요성,**  
모두들 한 번씩은 들어보셨을 텐데요.



“손 씻기는 가장 경제적이고 효과적인  
감염 예방 방법입니다.”  
그렇다면 도대체

왜?!

“각종 감염성 질병으로부터 신의 건강을  
보호하는 쉽고 간단한 방법...”



올바른 손씻기의 중요성을  
이렇게 강조하는 걸까요?

올바른 손씻기의 중요성,  
모두들 한 번씩은 들어보셨을 텐데요.

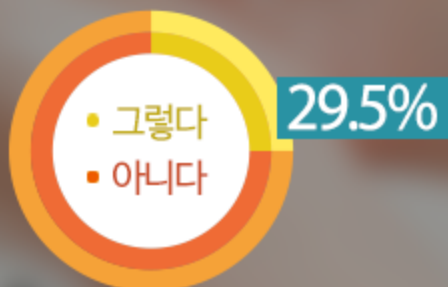
‘에이~ 누가 화장실 다녀와서 손을 안 씻어?’  
라고 생각할 수 있겠지만...  
통계를 살펴보면 손을 씻더라도  
비누를 사용하는 ‘올바른 손씻기’를 실천하는 비율은  
**고작 29.5%**입니다.

〈손씻기 비율〉

화장실 이용 후 손씻기



비누로 손을 씻는가





그렇다면 왜 손을 안씻는걸까요?  
화장실 다녀와도 눈에는 손의 세균이  
보이지 않아서?

보이는게 전부가아닙니다...  
손을 씻지 않는다면 단 3시간 만에  
260,000마리의 세균이 증가합니다!

손을 제 때 씻지 않을 경우 세균 수





그렇다면 그냥 물만 쓱 문히는 손씻기는 효과가 있을까요?

**손을 씻더라도 올바른 손씻기 않으면**  
**상당수의 세균이 손에 남게 됩니다..!!**

올바른 손씻기는 손에 있는 세균을 효과적으로 없애주어  
우리의 면역력을 높여주는 것뿐만 아니라  
**감염병을 절반**으로 줄이는 가장 효과적인 방법입니다!

\* 올바른 손씻기로 예방할 수 있는 **주요** 감염병  
(콜레라 / 장티푸스 / A형간염 / 세균성이질 / 장출혈성대장균감염증)



6단계 올바른 손씻기!  
건강을 지키는 첫걸음입니다!

장출혈성  
대장균  
감염증

장티  
푸스

콜레라

세균성  
이질

A형  
감염

# 30초 이상 올바른 손씻기 6단계



1  
손바닥과 손바닥을  
마주대고 문질러 주세요



2  
손등과 손바닥을  
마주대고 문질러 주세요



3  
손바닥을 마주대고  
손가락을 끼고  
문질러 주세요



4  
손가락을 마주잡고  
문질러 주세요



5  
엄지손가락을 다른 편  
손바닥으로 돌려주면서  
문질러 주세요



6  
손가락을 반대편  
손바닥에 놓고 손톱 밑을  
깨끗하게 하세요