코로나19 예방법

손소독제

서울특별시 | 서울시 지역사회통합건강증진사업지원단

물과 비누가 없을 땐? 손소독제!

손을 자주 씻는 것은 감염 예방에 큰 도움이 됩니다. 물과 비누의 사용이 어려운 상황이라면 손소독제를 사용하여도 세균 제거의 효과를 볼 수 있습니다. 손소독제는 사용이 간편하고 세균제거에 신속한 효과를 나타내는 장점이 있지만, 눈에보이는 오염물 또는 중금속이나 살충제같은 유해화학물질은 제거하지 못 할 수도 있습니다.

출처 : 식품의약품안전처, 손소독제에 대해 알아봅시다

올바른 손소독제 선택 방법

- 알코올을 포함한 손 소독제는 **60~90% 의 알코올**을 포함하였을 때 가장 효과적입니다. 알코올 함유량은 제품 라벨에서 확인할 수 있습니다.
- 제품포장 겉면에 식약청에서 심사를 거쳐 허가되었다는 표시인 **"의약외품"** 이라는 문구를 확인해야 합니다.
- 대부분의 손소독제 제품의 **보관기한은 제조일로부터 2~3년**이며 제조일은 제품 겉면에서 확인하실 수 있습니다. 개봉제품의 경우에는 따로 규정되어 있지 않으나 대개 **개봉한 지 6개월 이내**에 모두 사용하시는 것을 추천합니다.
- 보습제가 없는 알코올 제제의 반복적 사용은 **피부 건조**를 야기할 수 있으므로 1~3% 글리세롤이나 다른 보습제가 함유된 것이 좋습니다.

출처 : 질병관리본부, 의료기관의 손위생 지침, 2014
식품의약품안전처, 손소독제에 대해 알아봅시다

손소독제 사용법

- 손에 손소독제를 충분히 도포합니다
- 여기서 충분히란? 500원 짜리 동전 크기 또는 손소독제를 2번 펌핑했을 때의 양을 말합니다
- 손이 마를때까지 20초 이상 손과 손가락 사이 구석구석을 문지릅니다

출처 : CDC. Guideline for Hand Hygiene in Health-Care Settings. MMWR Morb Mortal Wkly Rep. 2002;51(RR16):1-44.
한국3M, 럽유어핸즈캠패인(Rub Your Hands!)

손소독제 사용시 주의사항

- **반드시 외용**으로만 사용하여야 합니다. 알코올 손 소독제를 삼키는것은 **알코올 중독**이나 **혼수상태**에 빠질 수 있습니다. 어린이가 접근 할 수 없는 곳에 보관하고 충분한 주의가 필요합니다.
- 눈, 구강, 점막 및 상처가 있는 **피부에는 자극**이 될 수 있으므로 닿지 않도록 주의하여야 합니다. 특히 눈에 들어간 경우, 즉시 깨끗한 물로 여러번 씻어내야하고 사용시 발진증상이나 가려움증, 피부자극 증상이 계속적으로 나타나면 사용을 중지하고 의사 또는 약사와 상의하여야 합니다.
- 손소독제도 알코올이 포함된 제품으로 **화재의 위험성**이 있습니다. 고온 및 주방 화기를 피해서 소독제를 비치해야 합니다.

출처 : 식품의약품안전처, 손소독제에 대해 알아봅시다
CDC, Hand Hygiene in Healthcare Settings, https://www.cdc.gov/handhygiene/firesafety/

손소독제vs 손세정제?

손소독제와 손세정제는 다릅니다

- **손소독제**

향균효과를 식약청에서 허가받은 의약외품으로 에탄올 등을 유효성분으로 하여 손이나 피부의 살균소독을 목적으로 사용되는 것으로 겔타입 제품이 대부분입니다.

- **손세정제**

화장품으로서 손세정에 보조적으로 사용되는 것으로 주변에서 흔히 볼 수 있는 손 전용 물비누(핸드워시), 고체형 손세정 비누 등이 있습니다.

출처 : 식품의약품안전처, 손소독제에 대해 알아봅시다

참고문헌

- 질병관리본부, 의료기관의 손위생 지침, 2014
- 식품의약품안전처, 손소독제에 대해 알아봅시다
- CDC. Guideline for Hand Hygiene in Health-Care Settings. MMWR Morb Mortal Wkly Rep. 2002;51(RR16):1-44.
- 한국3M, 럽유어핸즈캠패인(Rub Your Hands!)
- CDC, Hand Hygiene in Healthcare Settings, https://www.cdc.gov/handhygiene/firesafety/