

공중 보건 서비스 (PUBLIC HEALTH SERVICES) 전염병 통제팀

가정에서 치료 중인 COVID-19 의심/확진 환자의 가족 구성원 및 간병인을 위한 지침

환자 모니터링 및 보조

- 환자가 의료기관의 의약품과 진료 지침을 이해하고 따르도록 도와주십시오. 환자가 가정에서 기본 욕구를 충족할 수 있게 도와주시고 식료품과 처방전, 기타 개인 필요품을 제공해 주십시오.
- 환자의 증상을 모니터링하십시오. 환자의 병세가 심해지면 담당 의료 서비스 제공자에 연락하여 환자가 COVID-19 확진자라고 말씀해 주십시오. 환자에게 응급 의료 상황이 발생하여 911에 전화할 경우, 구급 대원에게 환자가 COVID-19에 걸렸거나 검사 결과를 기다리는 중이라고 말씀하십시오.

전염 예방

- 가족 구성원은 다른 방에 머물거나 최대한 환자와 떨어져 지내야 합니다. 가족 구성원은 가능하면 침실과 욕실을 따로 써야 합니다.
- 꼭 필요한 방문객이 아니면 집에 들이지 마십시오.
- 환자와 애완동물의 접촉을 제한하십시오. 집에 애완동물이 있다면 가족 구성원이 돌봐야 합니다. [COVID-19 and Animals](#)에서 자세한 내용을 확인하십시오.
- 공유 공간은 에어컨을 틀거나 날씨가 좋을 때 환기를 하거나 하여 공기를 깨끗이 해야 합니다.
- 손 소독을 자주 하십시오. 환자와 간병인 모두 손을 비누와 물로 20초 이상 자주 씻으십시오. 알코올이 60~95% 들어 있는 알코올계 손 소독제를 써도 됩니다. 소독제 이용 시 손 전체에 발라서 손을 비벼 마른 느낌이 들 때까지 문지르십시오. 손이 눈에 띄게 더럽다면 비누와 물로 씻는 것이 가장 좋습니다.
- 씻지 않은 손으로 눈이나 코, 입을 만지지 마십시오.
- 환자는 주변에 다른 사람이 있어야 하는 경우 마스크를 착용해야 합니다. 환자가 마스크를 착용할 수 없는 경우(예: 호흡 곤란을 일으키는 등), 간병인은 환자와 같은 방에 있을 때 마스크를 착용해야 합니다.
- 환자의 대변 또는 침, 가래, 콧물, 구토, 소변 등 체액이 묻거나 이를 만졌을 때는 일회용 마스크와 장갑을 착용하십시오.
 - 사용한 뒤 재사용하지 말고 버리십시오.
- 환자와 가정용품을 공유하지 마십시오. 식기, 유리잔, 컵, 식기, 수건, 침구류 등을 함께 쓰면 안 됩니다. 환자가 이 품목을 사용한 후에는 철저히 세척해야 합니다. (아래 "세탁을 철저히 하십시오" 참조).

청소 및 세탁

- 조리대, 식탁, 손잡이, 욕실 세간, 변기, 전화기, 키보드, 태블릿, 침대 협탁 등 "접촉이 많은" 표면은 빠짐없이 매일 청소하십시오. 혈액이나 대변, 체액이 묻어 있을 수도 있는 표면도 깨끗이 청소하십시오.
 - 사용 설명서에 따라 가정용 청소 스프레이를 사용하십시오. 라벨에는 제품 사용 시 주의 사항을 포함해 제품을 안전하고 효과적으로 사용하는 방법이 적혀 있습니다. 예를 들면 제품 사용 시 장갑을 끼고 환기를 잘 해줘야 합니다.
 - <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prepare/disinfecting-your-home.html> 에서 자세한 내용을 확인하십시오.
- 세탁을 철저히 하십시오.
 - 혈액, 대변, 체액이 묻은 옷이나 침구는 즉시 벗겨 세척하십시오.
 - 더러워진 물건을 만질 때는 일회용 장갑을 착용하고 더러워진 물건이 몸에 닿지 않게 멀리 두십시오. 장갑을 벗은 후 손을 (비누와 물 또는 알코올계 손 소독제를 이용해) 깨끗이 씻으십시오.
 - 세탁물이나 의류, 세제 라벨에 표기된 지시 사항을 읽고 따르십시오. 대개는 세탁기 사용설명서에 따라 일반 세탁용 세제를 사용하고 의류 라벨에서 권장하는 온도 중에서 가장 높은 온도에서 완전히 말리십시오.

자가 격리 및 모니터링

- 보호 수단 없이 환자(해당자의 입원일 또는 자가 격리 시작일로부터)와 마지막으로 접촉한 이후 14 일 동안 자가 격리하십시오. 꼭 필요한 볼일(식료품, 약, 필수품 등) 또는 운동을 위해 외출할 수 있으나, 외출 시 반드시 타인으로부터 사회적 거리 간격인 1.82 미터(6 피트)를 유지하십시오.
- 하루에 두 번 체온을 확인하고 COVID-19 증상(발열, 기침, 몸살, 인후통 등)이 나타나는지 자가 모니터링하십시오. 증상이 심해지면 타인으로부터 스스로를 분리하고, 합병증(당뇨, 고혈압 심장질환, 천식, 약한 면역 체계 등)으로 이어질 수 있는 상태이거나 만 60 세 이상인 경우 검사를 위해 담당 의료 서비스 제공자에게 연락하십시오. 젊고 건강하다면 검사를 받지 않아도 됩니다. 감염되었을 확률이 높아도 젊고 건강한 사람은 대부분 합병증으로 발전하지 않습니다. 증상이 심해질 경우 자가 격리에 대한 지침을 참조하십시오.

CDC 문서에서 수정: https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/guidance-prevent-spread.html?CDC_AA_refVal=https%3A%2F%2Fwww.cdc.gov%2Fcoronavirus%2F2019-ncov%2Fguidance-prevent-spread.html