

# 손씻기에 관한 안내

음식으로 인한 질병 확산을 방지시키는 데 귀하가 할 수 있는 가장 중요한 일 중 하나는 귀하의 손을 씻는 것입니다. 실제적으로 식품법은 식품을 다루는 모든 종업원들이 손과 팔에서 노출된 부위를 청결하게 유지하도록 규정하고 있습니다. 손을 자주 씻음으로써 다른 이들로부터 전달되었거나 오염된 표면에서 묻어온 병균을 씻어 없앨 수 있고 질병을 퍼뜨리는 것을 방지할 수 있습니다.

## 언제 손을 씻어야 할까요?

손은 자주 씻어야 합니다. 아마도 지금 귀하가 하시는 것보다는 더 자주 씻어야 할 것입니다. 이는 병균은 육안으로 볼 수 없고 냄새도 나지 않기 때문에 병균이 어디에 숨어 있는지를 알 수가 없기 때문입니다. 식품을 다루는 직원들은 다음의 경우 항상 손을 씻어야 합니다.

- 화장실을 사용한 뒤
- 깨끗한 손이나 팔에서 노출된 깨끗한 부위가 아닌 사람의 신체 부위 맨살을 만진 후에.
- 보조 동물이나 수족관 내의 물고기 또는 진열 케이스 안의 조개류, 갑각류 같은 수생 동물을 돌보거나 접촉한 뒤
- 손수건이나 일회용 티슈를 이용하여 기침하거나 재채기한 뒤, 담배를 피우거나 음식을 먹거나 음료를 마신 뒤
- 더러워진 장비나 조리 기구를 만진 뒤
- 음식을 만드는 동안 묻은 더러운 것이나 오염물질을 제거하기 위해, 업무가 바뀔 때 교차 오염을 막기 위해 필요할 때마다
- 날 음식을 가지고 작업하다가 즉시 먹을 수 있는 음식을 가지고 작업하게 됐을 때
- 식탁을 치우거나 더러운 그릇을 옮기거나 쓰레기를 내가는 등 손을 오염시키는 일을 한 뒤

## 손을 씻는 올바른 방법은 무엇일까요?

세 명 중 한 사람은 손을 정기적으로 씻지 않으며 심지어 화장실에 다녀온 뒤에도 그러한 것으로 추산됩니다. 귀하는 다음의 네 단계를 지킴으로써 올바르게 손을 씻을 수 있습니다.

1. 따뜻한 흐르는 물에 손을 적시고 액체형, 가루형, 또는 막대형 비누를 묻힌다.
2. 양손을 힘주어 문지르고 모든 표면을 문지른다. 손톱 밑과 손가락 사이를 씻는다.
3. 20초 동안 또는 “생일 축하합니다” 같이 짧막한 노래를 다 부를 수 있을 정도로 계속 문지른다. 먼지와 병균을 떼어내고 제거하는 것은 비누와 문지르는 동작이 함께 작용하는 것이다.
4. 흐르는 물에 완전히 행구고 적절한 방법 즉 날개로 된 일회용 수건이나 깨끗한 수건이 계속해서 나오는 수건 말이나 더운 공기가 나오는 건조기 등을 사용하여 손을 말린다.

식품 취급 업소 운영과 연관된 더 자세한 정보를 원하시면  
귀하의 지역 보건국에 연락하십시오.