

2019 신종 코로나 바이러스에 대한 정보는 www.coronavirus-sd.com 을 방문하십시오. 건강 관련 문의 또는 염려사항이 있으면 귀하의 의료인에게 연락하십시오. COVID-19 에 관한 일반 질문 또는 공동체 자원에 대한 정보는 2-1-1 에 전화하십시오.



코로나 바이러스 COVID-19 살균 지침

코로나바이러스 질병 2019 (COVID-19) 은 사람에서 사람에게 전파할 수 있는 호흡기 질환입니다. COVID-19 를 유발하는 바이러스는 중국 우한에서의 발발을 조사 중에 처음 식별된 신종 코로나 바이러스입니다. 증상은 발열, 기침, 및 호흡 곤란/ 숨 가쁨입니다. 감염된 사람이 기침 또는 재채기를 할 때 배출되는 침방울(비말) 또는 바이러스에 오염된 물건을 만진 다음에 눈, 코 및 입을 씻지 않은 손으로 만지는 것을 통해서 COVID-19 는 서로 친밀한 접촉이 (약 6 피트 / 2 미터 내)있는 사람들 사이에서 감염됩니다.

효과적인 살균제

작은 구멍이 없는 표면은, 희석된 가정 표백(bleach)용액 및 적어도 70% 의 알코올 용액이 효과적이라고 알려졌습니다. 아래 환경 보호국 (EPA: Environmental Protective Agency) 등록된 데이터베이스를 보십시오. **올바른 살균 및 안전하게 다루기 위해서 제조사의 지시를 반드시 따르십시오.** 통풍이 잘되는 곳에서 소독제를 사용하십시오.

코로나 바이러스에 대해서 효과적인 승인된 살균제에 대해서는 <https://www.epa.gov/pesticide-registration/list-n-disinfectants-use-against-sars-cov-2> 를 방문하십시오.

가정 염소 표백제 (chlorine bleach)를 사용할 경우:

1. 구멍이 없는 표면은 미리 씻으십시오. (문손잡이, 카운터, 싱크대, 변기, 등)
2. 1/3 컵 (cup) 표백제를 물 1 갤런(gallon)에 섞어서 표백 용액을 만드십시오.
3. 표백 용액으로 표면을 닦으십시오. 제품 라벨에서 지시하는 데로 적절한 접촉 시간을 허용하십시오.
4. 물로 씻고 자연스럽게 공기로 말리십시오.



자주 소독할 표면

- 카운터
- 문손잡이
- 전기 스위치 플레이트
- 화장실 표면
- 전화
- 컴퓨터 키보드 및 마우스
- 테이블 및 의자
- 난간 (railing)
- 리모컨 (원격 조정 장치 remote control)
- 금전 등록기 (cash register)
- 휠체어 및 보행보조기
- 오락 기구
- 유아용 높은 의자
- 부엌 표면
- 양념/ 조미료 병

질병 감염 방지

- ✓ 다음을 포함해서 필요에 따라서 손을 자주 씻기:
 - ✓ 기침, 재채기 또는 코를 킂 다음에
 - ✓ 음식을 먹기 전에 또는 음식을 만들기 전에
 - ✓ 동물 또는 애완동물과 접촉한 다음에
- ✓ 비누와 물이 없을 경우 60% 이상 알코올 성분이 함유된 알코올 손 소독제
- ✓ 씻지 않은 손으로 눈, 코, 또는 입을 만지는 것을 피하십시오.
- ✓ 자주 만지는 표면을 청소하고 자주 소독하십시오.
- ✓ 아프시면, 집에 계시고 다른 사람들과 거리를 둠으로서 그들이 병드는 것을 막으십시오.
- ✓ 기침이나 재채기할 때 휴지로 가리고, 휴지를 휴지통에 버리십시오.
- ✓ 다른 좋은 건강 습관을 실천하십시오. 충분한 수면을 취하고, 신체적 활동을 하고 스트레스 관리를 하고, 영양가 있는 음식을 드시고 수분을 많이 섭취하십시오.



손 씻는 절차

최소한 20 초 동안 비누와 따뜻한 물로 손과 팔을 씻고; 흐르는 청결한 물에 완전히 씻고 손과 팔을 올바르게 말려, 올바르게 손을 씻으십시오. 손 씻기 표시가 적절한 장소에 붙여있도록 보장하십시오.

추가 자원

- 샌디에고 카운티 COVID-19 업데이트: <https://www.coronavirus-sd.com>
- CDC 의 추가 살균 지침은 여기서 찾을 수 있습니다.

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/home/cleaning-disinfection.html>