

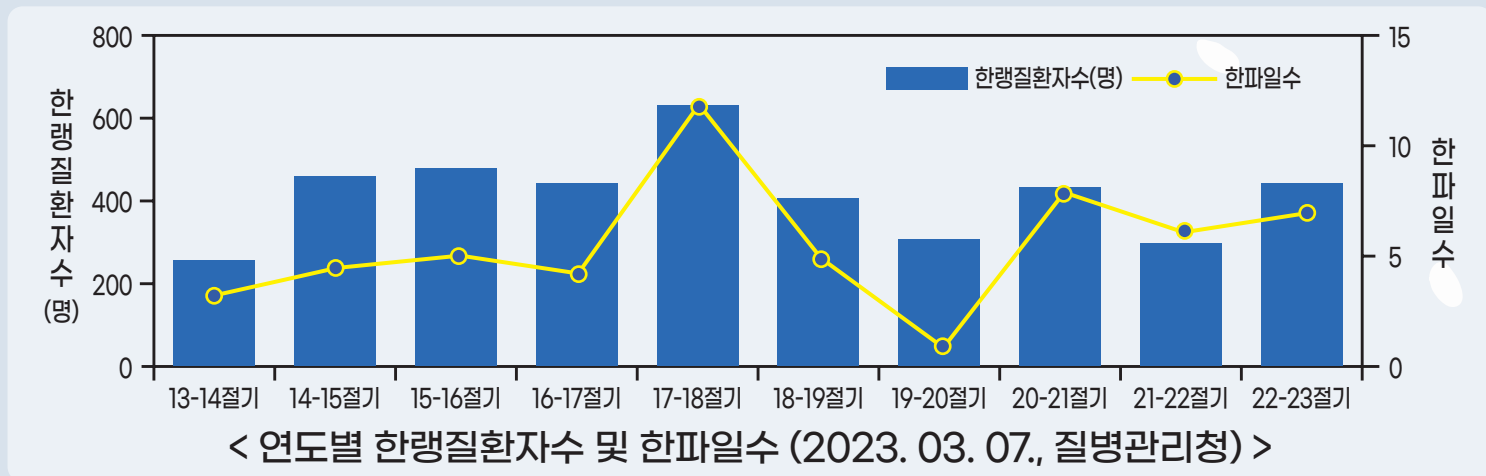
추울 때 찾아오는,
겨울철 한랭질환
안전정보 안내



한랭질환자가 급격히 늘고 있어요

❄ 겨울철 신고된 한랭질환자는 총 447명(사망 12명)으로, 전년(한랭질환자 300명, 사망 9명) 대비 환자는 49.0%, 사망자는 33.3% 증가

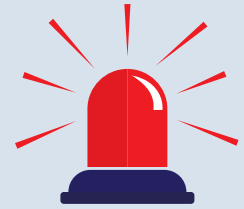
* 한파 일수는 14.8%(6.1→7.0일) 증가, 평균 일최저기온은 0.1℃(-4.8→-4.9℃일)감소



❄ 기상특보 발표기준

구분	기준
한파 주의보 (10-4월)	<ul style="list-style-type: none"> 아침 최저기온이 전날보다 10℃이상 하강하여 3℃이하이고 평년값보다 3℃가 낮을 것으로 예상될 때 아침 최저기온이 -12℃이하가 2일 이상 지속될 것이 예상될 때 급격한 저온현상으로 중대한 피해가 예상될 때
한파 경보 (10-4월)	<ul style="list-style-type: none"> 아침 최저기온이 전날보다 15℃이상 하강하여 평년값보다 3℃가 낮을 것으로 예상될 때 아침 최저기온이 -15℃이하가 2일 이상 지속될 것이 예상될 때 급격한 저온현상으로 광범위한 지역에서 중대한 피해가 예상될 때

한랭질환 종류 및 응급처치

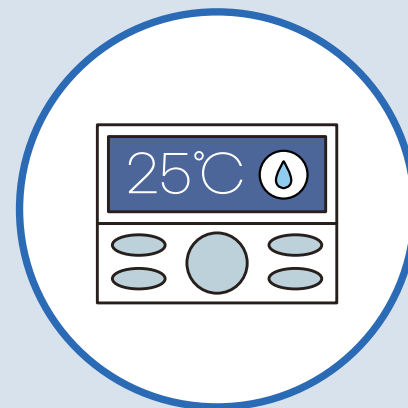
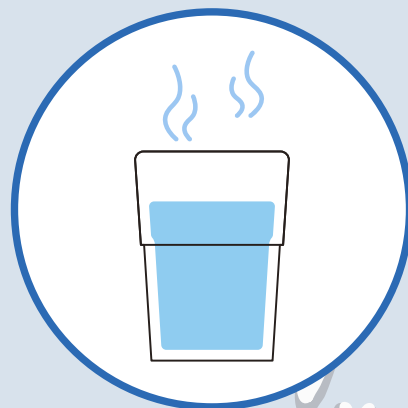
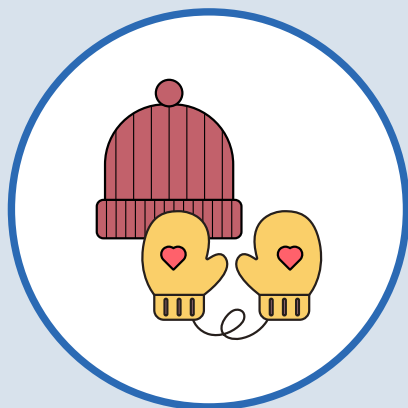


구분	증상	기준
저체온증	<ul style="list-style-type: none"> • 심부체온이 35°C미만으로 떨어지는 상태 • 오한, 피로, 의식혼미, 기억장애, 언어 장애 등 	<ul style="list-style-type: none"> • 젖은 옷은 벗기고 담요나 침낭으로 감싸 온도 유지 • 핫팩이나 가열패드 사용 시 피부화상 주의하기 • 가능한 빨리 환자를 따뜻한 곳으로 이동 • 의식이 있다면 따뜻한 음료와 사탕 등 단 음식 섭취 <p>※ 의식이 없는 경우 119에 신고하여 의료기관 이송</p>
동상	<ul style="list-style-type: none"> • 강한 한파에 노출되어 피부 및 피하 조직이 동결·손상 • 피부색이 흰색, 누런 회색으로 변함 • 피부 촉감이 비정상적으로 단단해지고 피부 감각저하(무감각) 	<ul style="list-style-type: none"> • 환자를 따뜻한 장소로 이동 • 동상부위를 따뜻한 물(38~42°C)에 20~40분간 담구기 • (얼굴, 귀) 따뜻한 물수건을 대주고 자주 갈기 • (손, 발) 소독된 마른거즈를 손·발가락 사이에 끼움 • 동상 부위를 약간 높도록 유지(부종 및 통증 경감) • 조직 손상 악화 방지를 위해 다리, 발 동상 환자는 들것으로 운반 <p>※ 신속히 의료기관으로 이송하는 것이 최우선</p>
침족병 · 침수병	<ul style="list-style-type: none"> • 물(10°C이하 냉수)에 손과 발을 노출시켜 나타나는 질환 • (최초증상) 가렵거나 무감각하고 저린 듯한 통증 • 심할 경우 물집이나 조직 괴사 및 괴양 발생 • 붓거나 빨갱게 되거나 파란색 혹은 검은색으로 변함 	<ul style="list-style-type: none"> • 젖은 신발, 양말, 장갑은 벗어 제거 • 추위에 노출되지 않도록 주의하고 손상부위를 따뜻한 물로 조심스럽게 씻은 후 건조
동창	<ul style="list-style-type: none"> • 저온다습한 상태에서 추위 노출 시 피부와 피부조직의 염증반응 • 심한 경우 울혈·물집·괴양 발생 	<ul style="list-style-type: none"> • 언 부위를 따뜻한 물에 담구기 • 동창 부위를 살살 마사지하여 혈액순환을 돕기 • 동창 부위를 청결하게 유지하고 보습해주기

한랭질환 예방조치



구분	예방조치
따뜻한 의류 등	<ul style="list-style-type: none"> - 여러 겹의 옷(3겹 이상의 옷은 보온성을 높임) 준비하여 착용 - 모자 또는 두건을 착용(신체 열의 50%가 머리를 통해 손실) - 보온장갑, 보온 및 방수 기능 신발 착용 - 땀 등에 젖을 수 있음을 고려하여 여분의 옷을 준비
따뜻한 물	<ul style="list-style-type: none"> - 따뜻한 물을 충분히 마실 수 있도록 조치
따뜻한 장소	<ul style="list-style-type: none"> - 작업자가 추위를 피해 쉴 수 있는 따뜻한 장소 마련 - 가급적 작업장소와 가까운 곳에 설치
추가 예방조치	<ul style="list-style-type: none"> - 운동지도, 민감군(고혈압, 당뇨 등) 사전 관리 - 동료 작업자 간 상호관찰 및 한랭질환 증상 발생 시 응급조치 - 한랭질환 예방교육, 추운 시간대 옥외작업 최소화



※ 출처: 질병관리청

추위와 함께 찾아오는 한랭질환!
한랭질환의 종류에 따른
응급처치법을 알아보고
따뜻하고 안전한
겨울 보내세요!

