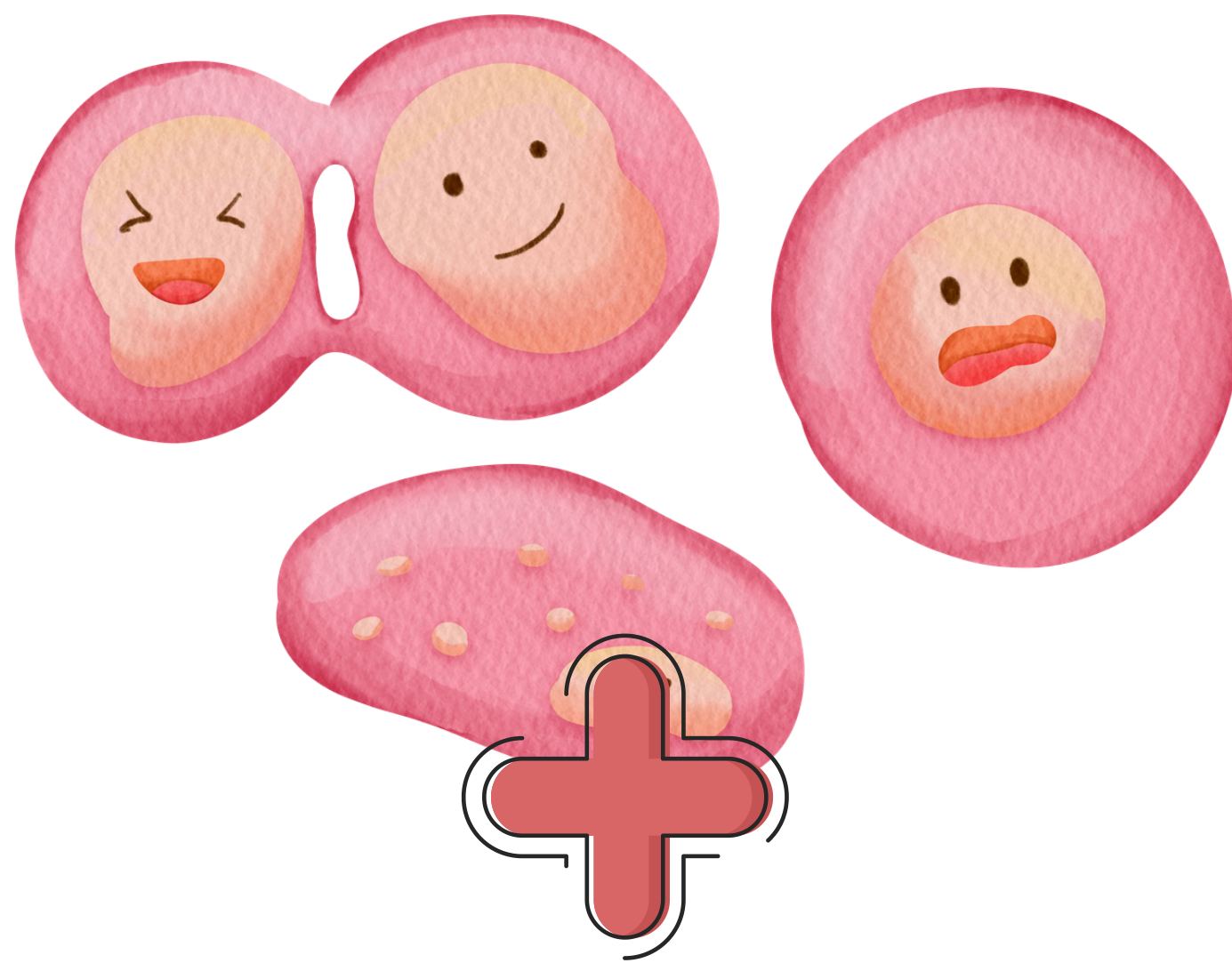




조혈모세포 이식환자를 위한 안내문

“조혈모 이식 환자는 면역이 다시 태어나는 중입니다.
작은 감염도 큰 질병이 될 수 있습니다.
환자를 지키는 가장 큰 힘은 손 씻기, 마스크, 청결입니다.”

쾌유를 진심으로 기원합니다.

가족·방문객이 지켜야 할 기본 규칙

1. 감기·기침·열·몸살 증상이 있으면 절대 방문 금지

- 콧물, 목 아픔, 잔기침만 있어도 방문 불가
- 작은 감기도 환자에게 큰 위험이 될 수 있음

2. 방문 전·후 손씻기 (30초)

- 흐르는 물+비누로 손등, 손가락 사이, 손톱 밑까지 꼼꼼히

3. 마스크 착용 필수

- KF94 또는 KF80 권장, 코와 입 완전히 가리기

4. 옷차림 규칙

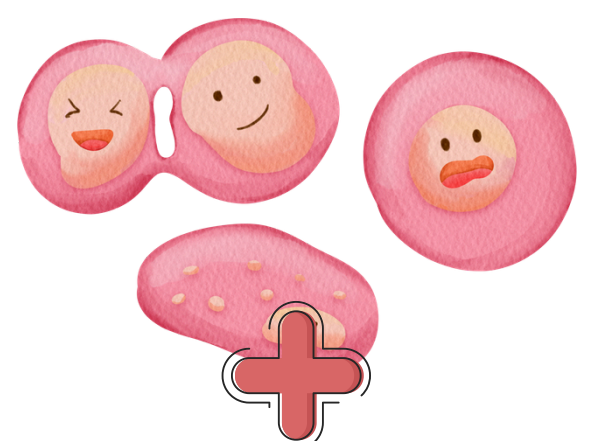
- 외부에서 바로 들어오지 말고 겉옷은 문 앞에서 벗기
- 손 다시 씻기, 강한 향수·냄새 제품 금지

5. 환자와 스킨십은 최소화

- 손잡기 정도만, 포옹·키스·얼굴 접촉 피하기

6. 음식 가져오지 않기

- 외부 음식 금지, 조리 후 2시간 지난 음식 피하기
- 과일은 환자 본인이 직접 씻고 깎은 것만 가능



집 안에서 지켜야 할 생활·위생 규칙

1. 매일 2번 환기 (아침·저녁 10~15분)

2. 침구·수건은 주 2회 교체

- 60도 이상 온수로 세탁 및 완전 건조

3. 화분·가습기 금지 (곰팡이 감염 위험)

4. 반려동물은 환자 공간에서 분리

5. 주방 위생

- 고기·채소용 도마 분리, 음식 완전 조리 필수

- 상온 2시간 지난 음식 폐기, 남은 음식 24시간 내 재가열

6. 식기 관리

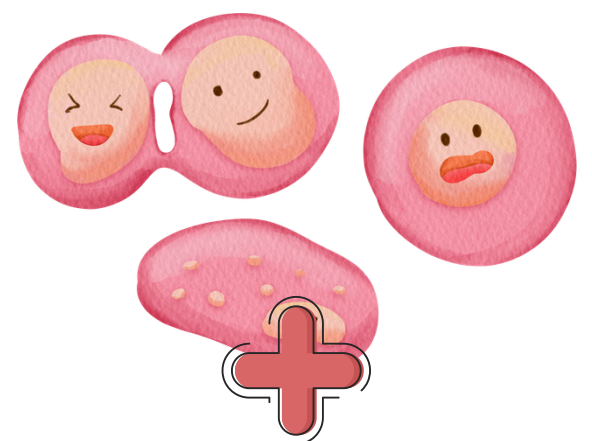
- 끓는 물 살균 또는 식기세척기 고온 모드

- 행주·수세미는 2~3일마다 교체

7. 생활 습관

- 환자가 만지는 물건은 항상 건조하게 유지

- 샤워 후 즉시 보습, 손톱 짧게, 상처는 즉시 소독



환자가 스스로 조심해야 할 것

1. 음식

- 생야채, 회, 초밥, 반숙계란, 재조리 음식 금지
- 과일은 껍질 벗기고 바로 먹기
- 하루 물 1.5~2L 소량씩 자주 섭취

2. 외출

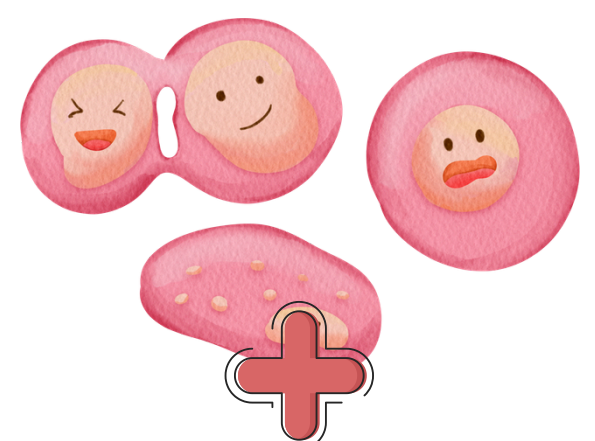
- 사람 많은 곳 피하기
- 마스크 필수
- 외출 후 손·얼굴 씻기

3. 운동

- 갑작스러운 운동 금지
- 하루 10~20분 걷기부터 시작
- 피곤하면 즉시 쉬기

4. 피부 관리

- 보습 충분히 하기, 긁지 않기
- 상처는 즉시 소독
- 햇빛 노출 시 모자/자외선 차단제 사용



응급 상황 시 가정에서 해야 할 일

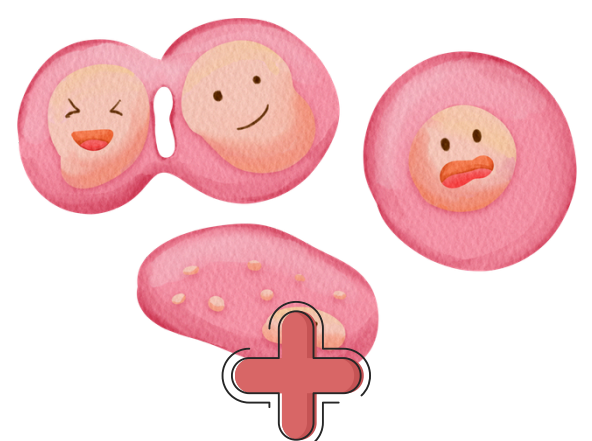
- 1) 체온 측정 → 38.0도 이상이면 즉시 병원 연락
- 2) 따뜻한 물 소량 섭취 (과다 금지)
- 3) 오한 있으면 얇은 담요로 살짝 덮기
- 4) 해열제 절대 금지
- 5) 준비된 외래 번호 혹은 응급실로 연락
- 6) 복용 중인 약 목록/사진 지참

※ 아래 증상 중 하나라도 있으면 즉시 병원 연락
(혈액내과 외래, 담당 간호사, 또는 응급실)

1 38.0도 이상의 발열

※ 해열제 복용 금지, 귀가 뜨겁거나 오한이 와도 즉시 연락

2. 갑작스런 기침 증가, 호흡곤란, 가슴 답답함
3. 심한 구토, 설사, 복통
4. 피 섞인 소변, 잇몸·코피가 멈추지 않을 때
5. 의식 혼미, 갑작스러운 두통, 경련
6. 피부가 갑자기 빨개지거나 따갑고 발진이 퍼질 때
7. 소변이 안 나오거나 색이 짙게 변할 때



응급 연락처

- 혈액내과: _____
- 응급실: _____

“관심과 실천이
환자의 치유에
큰 힘이 됩니다”

