1차시	개인정보보호 교육

1. 개인정보의 개념

살아 있는 개인에 관한 정보로서, 성명, 주민등록번호 및 영상 등을 통하여 개인을 알아볼 수 있는 정보, 여기서 살아 있는 개인정보란, 해당 정보만으로는 특정 개인을 알아볼 수 없더라도 다른 정보와 쉽게 결합하여 알아볼 수 있는 것을 포함함

2. 개인정보의 유형

유형구분	개인정보 항목
인적사항	성명, 주민등록번호, 주소, 본적지, 전화번호 등 연락처, 생년월일, 출생지, 이메일 주소, 가족관계 및 가족구성원 정보 등
신체적 정보	신체적 정보 : 얼굴, 지문, 홍채, 음성, 유전자정보, 키, 몸무게 등 의료·건강정보호 : 건강상태, 진료기록, 신체장애, 장애등급, 병력 등
정신적 정보	도서나 비디오 등 대여 기록이나 물품 구매내역, 웹사이트 검색내역 등
사회적 정보	학력, 성적, 출결, 자격증, 생활기록부, 전과 및 범죄 기록, 근무경력, 병역여부, 근무부대 등
기타	전화 통화내역, IP주소, 개인위치정보, 이메일, 문자 내용 등

3. 개인정보보호의 개념

1) 개인정보보호
정보주체의 개인정보가 정보주체의 의사에 반하여 함부로 처리되지 않도록 함으로써 정보주체의 개인정보 자기결정권을 보호하는 것

2) 개인정보 자기결정권
자신에 관한 정보가 언제 누구에게 어느 범위까지 알려지고 이용되도록 할 것인지 정보 주체가 스스로 결정할 수 있는 권리를 뜻함

4. 개인정보 취급자의 개념

1) 개인정보처리자
업무를 목적으로 개인정보파일을 운용하기 위하여 스스로 또는 다른 사람을 통하여 개인정보를 처리하는 공공기관, 법인, 단체 및 개인 등

2) 개인정보 보호책임자 지정
개인정보의 처리에 관한 업무를 총괄해서 책임질 개인정보 보호책임자를 지정하여야 하며, 개인정보가 안전하게 관리될 수 있도록 개인정보취급자에 대하여 적절한 관리·감독과 정기적인 교육을 실시

3) 개인정보 보호책임자의 주요 업무사항
(1) 개인정보 보호 계획의 수립 및 시행
(2) 개인정보 처리 실태 및 관행의 정기적인 조사 및 개선
(3) 개인정보 처리와 관련한 불만의 처리 및 피해 구제

4) 개인정보취급자
개인정보처리자의 지휘·감독을 받아 개인정보를 처리하는 업무를 담당하는 자로서 직접 개인정보에 관한 업무를 담당하는 자와 그 밖에 업무상 필요에 의해 개인정보에 접근하여 처리하는 모든 자를 의미

5. 개인정보 노출의 유형

1) 개인정보의 유출
2) 개인정보 매매
3) 개인정보 오·남용
4) 홈페이지 노출
5) 허술한 관리/방치

6. 개인정보침해신고

한국인터넷진흥원 개인정보침해신고 센터 홈페이지에서 신고 가능
이메일: privacy.kisa.or.kr
전화번호: 국번 없이 118 / 365일 24시간 상담 및 신고

7. 개인정보유출방지 예방법

1) 자주 사용하지 않는 웹사이트 회원가입 자제하고 피싱 사기 이메일을 조심해야 함
2) 보안 제품 및 프로그램은 최신화를 유지
3) 중요문서는 파일 암호 설정 및 백업을 해두어야 하고 비밀번호는 영문, 숫자, 특수문자 조합해야 유출을 예방할 수 있음

8. 개인정보 피해예방 10가지

1) 회원가입을 하거나 개인정보를 제공할 때에는 개인정보취급방침 및 약관을 꼼꼼히
살펴야 한다.

2) 영문, 숫자, 특수문자 중 2종류 이상을 조합, 최소 10자리 이상 또는 3종류 이상을
조합하여 최소 8자리 이상의 길이로 한다.

안전한 비밀번호란 제 3자가 쉽게 추측할 수 없으며, 인터넷을 통해 전송되는 정보를 해킹해 이용자 비밀번호를 알 수 없거나 알 수 있어도 많은 시간이 요구되는
비밀번호를 말한다.

3) 대체수단(아이핀)으로 회원가입을 하고, 꼭 필요하지 않은 정보는 입력하지 않는다.

아이핀(i-PIN)은 인터넷상 개인식별번호(Internet Personal Identification Number)로, 대면확인이 어려운 온라인에서 본인확인을 할 수 있는 수단의 하나이다.

4) 사이트 비밀번호를 주기적으로 변경한다.

권장하는 비밀번호 변경주기는 6개월이며 비밀번호 변경 시 이전에 사용하지 않은
새로운 비밀번호를 사용하고 변경된 비밀번호는 이전 것과 연관성이 없어야 한다.

5) 명의도용확인서비스를 이용한다.

명의도용확인 서비스를 이용해 인터넷 가입정보 확인, 정보도용 차단,
실명인증기록 조회 등을 확인할 수 있다.

6) 개인정보가 공개되지 않도록 주의해 관리한다.

가능한 한 자신의 개인정보는 접근 권한을 제한하거나 주의해 관리해 본인의 개인정보 오·남용을 최대한 방지하도록 해야 한다.

7) 인터넷에 올리는 데이터에 개인정보가 포함되지 않도록 하며, 공유폴더에 개인정보 파일이 저장되지 않도록 한다.

개인정보가 포함된 파일은 홈페이지나 공유폴더에 게시하지 않고 개인 메일로 전송하거나 오프라인에서 배포해야 한다.
보안 제품은 자동 업데이트로 최신버전을 유지해야 하고, 최신 윈도우 보안 패치 모두 설치해두는 것이 좋다.

8) 금융정보 등을 저장할 경우 암호화해 저장하고 PC방 등 개방 환경을 이용하지 않는다.

신용카드 번호와 같은 금융정보 등의 중요한 개인정보들을 문서에 작성해 저장할 경우 암호화기능을 제공하는 문서프로그램들을 사용해야 한다.

9) 인터넷에서 아무 자료나 함부로 다운로드 하지 않는다.

명의도용확인 서비스를 이용해 인터넷 가입정보 확인, 정보도용 차단,
실명인증기록 조회 등을 확인하도록 한다.

10) 개인정보가 유출된 경우 해당 사이트 관리자에게 삭제를 요청하고 처리되지않는 경우 즉시 개인정보침해신고센터에 신고해야 한다.

8. 기업/조직 DB 보안사고 예방법

1) 광범위하게 이미 문제가 있을 것으로 여기고 대응
2) 지금이라도 이미 마련된 보안 수칙 준수
3) 모든 PC의 리소스에는 허가된 프로세스 이외에 설치/실행 통제
4) 인트라넷에서 시도되는 인터넷 IP주소 또는 인터넷에서 시도 되는 인트라넷 IP주소에 민감하게 대응
5) 주기적으로 내부정보를 Googling으로 검색되는지 확인하여 발견 시 삭제 조치 및 원인 유발자에게 경고 조치
6) DATABASE에 무슨 일이 일어나고 있는지 감시/통제할 수 있는 시스템 구축
7) 내부 연루자를 찾아내거나, 적어도 다음 행동을 못 하도록 상황을 장악
8) 허가된 사용자라 하여도 주요 정보 (테이블 /레코드)에 접근하는 것은 반드시 기록
9) 관리자라 하여도 위험하거나 예민한 정보를 수정/삭제/조회를 하려 할 때에는 일단
   대기/차단하고 결재와 같은 프로세스를 통해서 감사/확인된 작업만 수행되도록 조치

2차시	직장 내 성희롱 예방교육

1. 직장 내 성희롱이 일어나는 이유

1) 직장 내 다양한 권력관계
2) 성희롱에 관대한 잘못된 조직 문화
3) 전통적 성 역할의 고정화 때문에 일어남

2. 직장 내 성희롱 판단기준

성희롱이란, 업무, 고용, 그 밖의 관계에서 국가기관·지방자치단체 또는 공공단체의 종사자, 사용자 또는 근로자가 다음 각 목의 어느 하나에 해당하는 행위를 하는 경우를 말함

예를 들어

1) 지위를 이용하거나 업무 등과 관련하여 성적 언동 또는 성적 요구 등으로 상대방에게 성적 굴욕감이나 혐오감을 느끼게 하는 행위
2) 상대방이 성적 언동이나 또는 요구에 대한 불응을 이유로 불이익을 주거나 그에 따르는 것을 조건으로 이익 공여의 의사표시를 하는 행위

3. 직장 내 성희롱의 기본 유형

1) 육체적 성희롱
   (1) 입맞춤이나 포옹, 뒤에서 껴안기 등의 접촉행위
   (2) 가슴, 엉덩이 등 특정 신체부위를 만지는 행위
   (3) 안마나 애무를 강요하는 행위

2) 언어적 성희롱
   (1) 외모에 대한 성적인 비유, 평가를 하는 행위
   (2) 음란한 농담이나 음탕하고 상스러운 이야기를 하는 행위
   (3) 성적 관계를 강요하거나 회유하는 행위
   (4) 성적 사실관계를 묻거나 성적인 내용의 정보를 의도적으로 유포하는 행위

3) 시각적 성희롱

(1) 음란한 사진·그림·낙서·출판물 등을 게시하거나 보여주는 행위

(2) 성과 관련된 자신의 특정 신체부위를 고의적으로 노출하거나 만지는 행위

4. 여성발전 기본법 시행령

제27조의 2 (성희롱 방지조치 및 점검 등) 연 1회 이상 성희롱 예방교육 실시
직장 내 성희롱 예방교육 실시의무로 위반 시 300만원 이하의 과태료가 부과된다.

5. 직장 내 성희롱의 대처요령 및 구제절차와 예방법

1) 개인적 대응
   (1) 거부의사를 명확히 표현해야 함
   (2) 항의를 해야 함
   (3) 사건과 관련된 기록을 증거로 남겨야 함

2) 사내처리
   (1) 고충상담 및 구제절차
      ① 먼저 피해자는 다양한 방법으로 성희롱 발생에 대해 신고
      ② 신고를 받으면 총무과장은 상담과 조사를 신속하게 조사
      ③ 피해자 및 행위자의 설명을 듣고 세심하게 조사하고 기록하며, 신고 후 7일 이내에 완료하여 사업주에게 보고
      ④ 조사내용은 비밀로 하고, 피해 신고자에게 불이익을 줘서는 안 됨
      ⑤ 성희롱에 해당하지 않는 경우 당사자 통보 후 종결하며 성희롱에 해당하게 되면 경중에 따라 조치
      ⑥ 사안이 중한 경우에는 징계절차에 따라 징계를 조치
      ⑦ 조사가 완료되면 그 결과를 피해자와 행위자 모두에게 통보하고, 재발 방지를 위해 지속적인 관심을 가짐

   (2) 공공기관 구제절차
      ① 고충상담원은 피해자의 고충신청에 따라 상담한 후, 필요한 구제절차를 이행해야 함
      ② 고충심의위원회에서는 고충상담원, 가해자 및 피해자 진술을 통해 성희롱 여부를 결정하고, 가해자 및 피해자에게 필요한 조치를 기관장에게 전달하고 징계위원회는 고충심의위원회의 결정을 존중하여 가해자에 대한 조치를 이행함
      ③ 피해자는 공공기관에 문제해결 과정에서 비밀 준수를 요구할 수 있음

④ 고충심의위원회에 외부 성희롱 방지 전문가가 2인 이상 포함되어야 하고, 남성 또는 여성 위원 비율이 60%를 초과하지 않아야 함

(3) 민간기업의 구제절차

① 근로자참여 및 협력증진에 관한 법률에 의하여 설치된 노사협의회 또는 고충처리위원회 등에 상담을 요청

② 가해자에 대한 징계를 요구

③ 사업주는 소속 직원, 명예고용평등감독관 또는 외부 전문가 등을 성희롱 상담요원으로 지정

④ 피해자가 상담·고충을 제기하거나 관계기관에 진정, 고소 등을 한 것을 이유로 피해근로자에게 고용상의 불이익 조치를 하여서는 안 됨

3차시	성폭력 및 성매매 예방교육

1. 성폭력에 대한 개념

성폭력은 상대방의 동의 없이 강제적으로 성적 행위를 하거나 성적 행위를 강요 또는 위협하는 모든 행동
즉, 성폭행(강간), 성희롱, 성추행, 성기노출, 강간미수, 강간, 성적 가혹행위, 음란물 보기,
윤락행위 강요, 인신매매, 아내 강간 등 성적 불쾌감을 느낄 수 있는 모든 행위가 성폭력에 속함

2. 성폭력의 유형

1) 성폭행
   강간과 강간 미수
   강간은 '폭행 또는 협박을 가해 여성 성기에 남성 성기를 삽입하는 행위'을 말한다.

2) 성추행
   (1) 여성 성기에 남성 성기를 삽입하는 행위 외에 협박을 수단으로 '추행'하는 것
   (2) 성적 수치심 및 굴욕감을 느끼게 하는 행위

3) 성희롱
   (1) 업무와 관련해 성적 언어나 행동 등으로 성적 굴욕감을 느끼게 하는 행위
   (2) 성적 언동 등을 조건으로 고용상 불이익을 주는 행위

4) 아동성폭력
   (1) 만 13세 미만의 어린이를 대상으로 한 성폭력을 말함
   (2) 이 유형의 가해자는 동네사람, 학원 강사 등 안면이 있는 사람인 경우가 많음

5) 친척성폭력

(1) 4촌 이내의 혈족에 의한 성폭력으로 대부분은 성폭행이 차지
(2) 가해자와 함께 살거나 빈번히 대면하는 경우가 많아 지속적인 성폭력이 이뤄질 수 있다는 것이 특징

6) 데이트 강간
(1) 이성간의 데이트 중 동의 없이 성관계를 하는 행위
(2) 폭력이나 협박을 받거나, 술이나 약물에 취해 의식이 없는 상태에서 이루어지는 것

7) 비폭력 성적학대
(1) 잡지, 동영상 등의 음란물, 음란 전화, 음란 편지 등을 통해 모욕감을 주거나
불쾌감을 주는 행위
(2) 자신의 성기를 노출하거나 여성의 나체를 몰래 훔쳐보는 등의 행위

3. 성폭력 예방법

1) 피해자가 되지 않으려면
(1) 더러운 곳에 되도록 가지 말아야 함
(2) 남의 말을 쉽게 믿지 말아야 함
(3) 어쩔 수 없이 그런 사항에 처하게 되었다면 성폭력 예방 지침을 따라야 함

2) 가해자가 되지 않으려면
(1) 타인의 성적 자기 결정권을 당신 것만큼만 인정해 함
(2) 스트레스 받는다고 폭력을 행사하지 말아야 함
(3) 범법자가 되어 영원히 취직도 입학도 안 되는 주홍글씨를 새기게 될 것을 기억해야 함

3) 방관자가 되지 않으려면
(1) 피해자 편에서 사고해야 함
(2) 인권 존중을 위해 노력해야 하고 공정한 사회, 평등한 사회를 만들기 위해 노력해야 함

(3) 더불어 남녀 차별 철폐는 남자와 여자 모두를 위해 필요한 일이므로, 적극적으로 노력해야 함

4. 성폭력 발생 시 대처 방법

1) 성폭력 발생시 취해야할 행동

(1) 아픔을 잊기 위해 술이나 약을 먹어서는 안 됨

(2) 몸을 씻지 말고 24시간 이내(늦어도 72시간 이내) 병원에 가서 증거 자료를 남겨야 함

(3) 성병 감염 검사 및 임신 가능성 여부를 확인하고 임신을 조기 방지해야 함

2) 성폭력 피해자 구제 지원제도

(1) 숙소지원제도

피해자에게 임시숙소를 제공하는 제도

(2) 의료적지원제도

① 성폭력 피해자 회복 지원제도

성폭력 방지 및 피해자 보호 등에 관한 법률은 성폭력 피해자 및 가족에게 성폭력 피해로 인한 신체적, 정서적 치료와 낙태/출산, 성매개 감염 검사 등에 대한 의료비를 지원하는 제도

② 긴급복지지원제도

가구 구성원으로부터 성폭력을 당하거나 성폭력으로 중한 질병 또는 부상을 당한 경우 일정 기준을 충족하게 되면 각종 검사와 치료 등 의료서비스를 제공하며, 2회 300만 원 이내에서 받을 수 있음

(3) 심리/법률적지원제도

① 피해자전담경찰관이 피해자의 심리를 평가하고 상담할 수 있는 지원단체에 연계해 맞춤형 지원을 돕는 것

② 성폭력 피해자 회복 지원제도

성폭력 피해자와 가족은 성폭력 방지 및 피해자보호 등에 관한 법률에 따라 간병비와 돌봄비를 지원받을 수 있음

(4) 경제적지원제도

① 긴급복지 지원제도

의료 긴급복지 지원제도와 같은 기준에서 식료품비, 의복비등 생계지원과 함께 초, 중, 고등학교 학생 중 수업료 등이 필요하다고 인정되는 경우 2회 학비를 지원하고 전기요금 등 동정기 난방비를 1회에 걸쳐 지원

② 기타 관련기관 경제적 지원 의뢰

다른 제도에 의해 지원을 받지 못하는 성폭력 피해자는 범죄피해 회복을 돕기 위해 필요한 경제적 지원금을 범죄피해자지원센터나 피해자지원협회에서 심의위원회 개최 후 지원여부를 결정해 지원

5. 성매매에 대한 개념

불특정인을 상대로 금품이나 그 밖의 재산상의 이익을 수수 및 약속하고 성교행위, 구강·항문 등 신체의 일부 또는 도구를 이용한 유서 성교행위를 하거나 그 상대방이 되는 것을 말한다.

성매매는 성적 자기 결정권을 파는 것이고, 타인의 성적 자기 결정권을 사는 것이다.

1) 성매매 행위

‘매매’라는 행위도 반드시 대가를 지급받고 대상자를 인수해야 하는 것이 아니다. 대상자를 인계하거나, 인계받거나, 모집·이동·은닉하는 것 모두가 처벌 대상이 된다.

4차시	가정폭력 예방교육

1. 가정폭력이 미치는 영향

1) 피해여성에게 미치는 영향
   (1) 신체적 영향 : 화상, 베임, 멍, 내부 상해, 뇌 상해 등을 일으킬 수 있으며 최악의 경우에는 살해 혹은 자살로도 이어짐
   (2) 심리적 영향 : 배우자에게 대한 두려움과 어떤 일이 일어날지 모르는 두려움, 자신감의 손실, 스스로 결정하는 능력의 상실
   (3) 사회적 영향 : 작업수행능력이 떨어지고 자주 결근하거나 일자리를 잃게 될 수 있음, 배우자가 통제함에 따라 고립됨

2) 자녀들에게 미치는 영향
   (1) 신체적 영향 : 부모들의 싸움 과정에서 다치거나, 살해될 수 있음, 방임될 수 있음
   (2) 심리적 영향 : 괴롭고 어떤 일이 일어날 지에 대한 불안, 아버지에 대한 사랑이 증오로 바뀜, 공격적으로 되고 의기소침해짐
   (3) 사회적 영향 : 가출로 문제를 일으킬 수 있음(문제아, 미혼모), 폭력의 대물림, 아동기에 부모갈등과 폭력을 보고 자람에 따라 심각한 성인범죄를 일으킬 가능성이 높음

3) 가해남성에게 미치는 영향
   (1) 신체적 영향 : 배우자가 보복하는 경우 다칠 수 있음, 살해될 수 있음
   (2) 심리적 영향 : 배우자와 자녀들이 사랑과 존경을 잃게 됨, 고립되거나 불안정해질 수 있음
   (3) 사회적 영향 : 집에서의 갈등으로 많은 시간을 밖에서 보내게 되며 술을 먹거나 다른 여성과 관계를 가지게 되고, 배우자가 떠나기로 결정할 경우 가족이 해체될 수 있음

2. 가정폭력의 유형

1) 신체적 폭력
   (1) 폭행

(2) 감금
(3) 신체 억압
(4) 행동자유 구속

2) 언어·정서적 폭력
(1) 욕설, 폭언, 가족비난
(2) 심리적 괴롭힘
(3) 외부관계 단절
(4) 일거수일투족 감시

3) 성적폭력
(1) 성적 자기결정권 침해
(2) 부부 강간
(3) 강제불임 및 낙태
(4) 자녀에 대한 성 학대

4) 경제적 폭력
경제적인 위협을 주는 것, 생활비를 주지 않는 행동, 나아가 동의 없이 임의로 재산을 처분, 생활비 지출을 일일이 보고하게 하는 행위가 포함
(1) 경제적 방임·유기
(2) 경제활동 통제
(3) 지출목록 감시
(4) 양육비 미지원

3. 가정폭력에 따른 처벌 규정

1) 가정폭력처벌법
가정의 평화와 안정을 회복하고, 가정폭력범죄를 범한 사람의 교정 및 피해자와 가족구성원의 인권을 보호하기 위해 제정된 법

(1) 가정의 평화와 안정 회복
(2) 가정폭력범죄를 범한 사람의 교정

(3) 피해자와 가족구성원의 인권 보호

① 신고권자

누구든지 가정폭력범죄를 알게 된 경우에는 수사기관에 신고할 수 있다. (제4조 제1항)

아동의 교육과 보호를 담당하는 기관의 종사자, 의료인, 노인복지시설, 아동복지시설 종사자 등에게는 직무를 수행하면서 가정폭력범죄를 알게 된 경우 정당한 사유가 없으면 즉시 수사기관에 신고하도록 하는 의무를 부과하고 있다.

② 사법경찰관리 응급조치

가) 조치가 폭력행위를 제지하고 가정폭력행위자·피해자를 분리하고 범죄를 수사한다.

나) 피해자를 가정폭력 관련 상담소 또는 보호시설로 인도한다.

다) 긴급치료가 필요한 피해자를 의료기관으로 인도한다.

라) 폭력행위 재발 시 임시조치를 신청할 수 있음을 통보해야 한다.

③ 긴급임시조치

가) 피해자 또는 가정구성원의 주거 또는 점유하는 방실로부터의 퇴거 등으로 격리한다.

나) 피해자 또는 가정구성원의 주거, 직장 등에서 100미터 이내 접근을 금지시킨다.

다) 피해자 또는 가정구성원에 대한 「전기통신기본법」 제2조제1호의 전기통신을 이용한 접근 금지를 조치한다.

4. 가정폭력 예방방법

1) 화 조절하기

'왜 우리집은 아무도 나를 존중해주지 않는 거야!' 상황에서 다음의 세 단계를 생각해봐야 한다.

(1) 인지단계 : '나는 현재 가족들에게 존중을 받고 싶어 하는구나'

(2) 방법단계 : '나를 조금만 더 존중해줘', '존중 받을 수 있는 방법은 무엇이 있을까?'

(3) 실행단계 : 인지와 방법에 대한 내용을 실행

2) 스트레스 관리하기
   (1) 주변정리
   (2) 운동
   (3) 자연과 함께하기

3) 효과적으로 대화하기
   따뜻한 말을 통해 서로에게 쌓인 감정들을 풀고 칭찬을 통하여 따뜻한 분위기를 형성

4) 칭찬 한마디 하기
   (1) 칭찬은 부부관계 및 가족관계에 엄청난 힘을 가져오며, 이는 모든 관계를 회복시킬 수 있음
   (2) 상대방의 모든 일에 관심을 갖고 긍정적으로 바라보며 상대방뿐만 아니라
   자기 자신에게도 칭찬을 해주는 것도 중요

5) 성인지 관점에서 이해하기
   (1) 여성과 남성이 자신들이 지닌 생물학적, 사회문화적 경험의 차이로 인해 서로 다른 요구를 가지고 있다고 봄
   (2) 특정 개념이나 정책 및 실천 등을 검토하는 것
   (3) 특정성에게 유리하거나 불리하지 않은지, 성역할 고정관념이 개입되어 있는지 아닌지를 서로의 관점에서 이해해 보는 것

5. 정상적인 가정생활을 할 수 있는 방법

1) 건강한 경계선을 가져야 함
   부부 사이, 부모 자녀 사이 등에서 심리적인 경계가 무너질 경우 끊임없이 간섭하게 될 수도 있다.

2) 건강한 위계질서를 가져야 함
   부모와 자녀 사이에 존재하는 것으로 청소년 자녀의 올바른 인격 및 가치관 형성을 위해, 안전을 위해 통제하는 것이다. 이때 간과하지 말아야 할 부분은

권위적이나 독재적으로 대해서는 안된다.

3) 건강한 분화과정을 가져야 함
부모와 자녀가 애착을 형성하는 과정에서 나타나는 얽혀있는 감정으로 해당 부분을 적절하게 통제하는 것이다.

6. 가정폭력 피해자보호와 지원제도

1) 상담지원
(1) 24시간 전화상담(여성긴급전화 1366)
(2) 피해자 치료 및 지속 상담
(3) 가해자 교정·치료

2) 법률지원
(1) 소송대리 지원
(2) 소송비용 지원
(3) 대한법률구조공단(132)이나 한국가정법률상담소(1644-1577)를 이용

3) 주거지원
(1) 자녀와의 동반입소
(2) 자립지원
(3) 그룹홈 지원과 장/단기 보호시설(6월~2년)

4) 의료지원
1인당 최대 500만 원 이내로 지원하며 지자체 및 지역상담소를 통해서 지원 가능

7. 가정폭력 피해자 지원 체계

1) 여성긴급전화 1366
(1) 365일 24시간 위기 개입 상담
(2) 긴급피난처 운영 : 7일 이내 긴급 보호
(3) 지역관련 기관 연계

2) 가정폭력 상담소

(1) 평일 정기적인 상담

(2) 가해자 교정 및 치료 프로그램 운영

(3) 피해자 치료 및 회복 프로그램 운영

(4) 가정폭력전문상담원 양성교육

(5) 부부 및 집단 상담

(6) 지역관련 기관 연계

3) 가정폭력 피해자 보호시설 및 지원 서비스

(1) 지속적인 상담, 법률, 의료지원 서비스

(2) 자녀와 함께 생활(의식주 무료 제공)

(3) 학습지원(비밀전학 등)

(4) 자립지원

4) 기타기관

(1) 아동보호 전문기관 (1577-1391)

(2) 노인보호 전문기관 (1577-1389)

(3) 건강가정지원센터 (1577-9337)

(4) 범죄자피해지원센터, 원스톱지원센터 등

5차시	소방안전교육

1. 화재의 정의

원하지 않는 불로 인해 재산이나 인명의 피해가 발생하여 진화의 필요가 있는 연소를 말한다.
이때 '연소'란 가연성 물질이 공기 중의 산소와 결합하는 산화반응으로, 연소가 일어나기 위해서는 가연물과 산소가 준비된 상태에서 최초에 점화될 수 있는 에너지가 필요

1) 연소의 3요소
   (1) 점화에너지 (라이터, 전기 등)
   (2) 가연물 (고체, 액체, 기체)
   (3) 산소 (공기 중 21%)

2. 화재의 종류

1) 일반화재 (A급)
   가연물인 나무, 종이, 섬유류 등에 의한 화재이며 백색으로 표시하고
   화재발생빈도 및 피해액이 가장 큰 화재

2) 유류화재 (B급).
   석유 등 가연성 액체의 유증기가 타는 화재이며, 황색으로 표시

3) 전기화재 (C급)
   전기가 통하고 있는 전기 시설물이 타는 화재이며, 청색으로 표시

4) 금속화재 (D급)
   가연성 금속에 의한 화재이며, 표시하는 색이 없음

3. 원인 별 화재예방방법

1) 전기화재
   합선, 문어발식 코드 사용으로 인한 과부화, 누전, 접촉불량, 정전기, 제품 결함,

취급 부주의 등

(1) 사용 전 전기설비 점검
(2) KS 마크가 있는 전기제품 사용
(3) 정격용량의 전선 사용
(4) 노후된 전선 교체 등
(5) 누전차단기 설치
(6) 불필요한 전원은 끄고, 퇴근 시 사용하지 않는 전원코드 제거
(7) 전기난로 사용시 커튼 등으로부터 바람이 불어도 닿지 않는 안전거리에 배치

2) 전자레인지 화재

잘못된 용기 사용, 음식 이외의 물건 가열

(1) 종이, 일회용 플라스틱/스티로폼, 금속재질 용기 사용금지
(2) 내열성 그릇 사용
(3) 과일이나 계란은 가열해서는 안됨
(4) 음식 이외 가열 금지

3) 담뱃불 화재

화재발생 위험 장소에서 흡연, 담배 불씨를 완전히 끄지 않은 채 버림

(1) 화재발생 위험 장소에서의 흡연 금지
(2) 지정된 곳에서만 흡연
(3) 담뱃불 끄고 확인 후 버리기

4) 가스 화재

(1) 가스 사용 전 및 외출 후 창문개방 및 충분한 환기
(2) 정기적으로 가스배관과 호스연결부위 누설여부 확인
(3) 가스를 사용하지 않을 때 가스렌지 조절기 및 중간밸브 잠그기
(4) 불이 붙은 채로 난로의 이동을 금지

5) 불티 화재

(1) 작업장의 가연물 제거 후 작업
(2) 작업장 주변에 소화기 및 물 양동이 비치

4. 장소 별 화재예방방법

1) 주택, 아파트 화재

(1) 모든 화기는 사용 시 취급상의 안전수칙을 반드시 준수
(2) 전열기구 사용시에는 문어발식 콘센트 사용 금지
(3) 외출 할 때에는 집 안팎을 반드시 점검
(4) 화기용구는 어린이들의 손이 닿지 않는 곳에 보관
(5) 잠자리에 들기전에 전기, 가스, 석유, 전기기구 등의 안전 확인
(6) 튀김 요리 등을 불에 올려놓은 채 주방을 장시간 비우지 말 것

2) 차량화재

(1) 평상시 배선의 상태, 연료계통, 점화장치 점검
(2) 주행 중 차내에서 흡연을 삼감
(3) 담배꽁초를 차창 밖으로 버리지 말아야 함
(4) 차내에 라이터나 성냥을 방치하지 말아야 함
(5) 야간 주차 시 주차장에 안전하게 주차하여 사전에 차량 방화 예방
(6) 모든 차량에 자동차용 소화기를 비치하고 사용법 숙지

3) 공장, 작업장 화재

(1) 화기취급장소 및 책임자 지정
(2) 흡연장소를 정함
(3) 주기적인 교육 실시

4) 고층건물 화재

(1) 건물 전체에 자동화재탐지설비 설치
(2) 건물내장제를 불연화되는 제품으로 사용
(3) 피난계단 또는 특별피난계단 구조 구비
(4) 대규모 건축물을 계획할 경우 층별, 면적별, 용도별 방화구획 설정
(5) 방연구획 병행
(6) 구조계획서 및 방재계획 작성 및 비치
(7) 화기를 사용하는 기구나 시설에 대해서 사용상의 안전수칙 철저히 주지

5. 소화기 사용방법

소화기는 압력게이지 바늘이 노란 부분에 있다면 압축가스가 누설되어 압력이 부족한 것으로 압력을 충전해야 하고, 홍색부분에 있다면 압축가스가 과압이라는 표시이므로 점검이 필요함

1) 먼저 소화기를 꺼내 왼손으로 소화기를 잡고 침착하게 불 쪽으로 접근
2) 오른손 검지 손가락으로 손잡이 앞쪽에 있는 안전핀을 당겨 뽑음
3) 오른손으로 노즐을 잡고 불이 난 곳을 향하여 바람을 등지고 손잡이를 움켜 쥠
4) 불길 주위에서부터 빗자루로 쓸 듯이 골고루 방사

6. 화재 발생 시 대처요령

1) 화재사실 전파
   (1) 화재 사실을 신속하게 알림, 처음으로 불을 발견한 사람이 '불이야'를 큰소리로 외쳐 다른 직원들에게 알리고, 육성 외에도 사내방송, 경보기 등
   기타의 방법으로 사내에 있는 직원들에게 알려 피난할 수 있도록 함
   (2) 119에 전화를 걸어 침착하게 화재 발생 장소, 화재의 종류와 현재 상황 인명 대피여부 등을 설명하고 신고가 완전히 접수되어 소방관이 끊으라고 하기 전 까지 먼저 전화를 끊지 않음

2) 초기소화
   화재의 규모가 작으면 소화기, 옥내 소화전과 같은 도구를 이용하여 초기 진압을
   시도, 화재의 규모가 큰 경우에는 신속하게 대피 준비를 시작

3) 대피유도
   (1) 사무실에서 탈출할 때는 문을 반드시 닫고 나와야 함
   (2) 탈출하면서 열린 문이 있으면 모두 닫아야 함
   (3) 연기가 가득한 장소를 지날 때는 최대한 낮은 자세로 대피
   (4) 닫힌 문을 열 때에는 손등으로 문의 온도를 확인하고, 뜨거우면 절대 열지 말고 다른 비상통로를 이용
   (5) 화재 시 엘리베이터는 연기로 인한 질식의 우려가 있기 때문에 사용을 금지
   (6) 건물 밖으로 빠져나오면 건물에서 떨어진 안전한 장소로 즉시 이동하고

모든 인원이 탈출했는지 확인

(7) 대피하지 못한 사람이 있을 때는 즉시 소방대원에게 인원수와 마지막으로 확인된 위치를 알려줘야 함

(8) 연기를 마시지 않도록 주의하고 물이 있으면 옷에 물을 적셔 입과 코를 막고 호흡

(9) 전화가 있다면 119에 전화하며 자신의 위치를 정확하게 알려야 함

4) 화재발생 시 업무 분담

(1) 연락반

① 비상안내방송 및 비상연락망 가동

② 유관기관 협조 요청

③ 소방대 도착 시까지 상황 전달

(2) 소화반

① 소화와 진압 활동

② 가연물의 제거

③ 화재 확산 방지 활동 실시

(3) 대피반

① 출입로 확보를 통한 대피 활동 지원

②

7. 대피 중 응급조치 방법

1) 심폐소생술

대피 중 심장마비 응급환자가 발생하였다면 최초 발견자는 주변사람에게 알리고

신속히 심폐소생술을 실시

(1) 심폐소생술 시행순서

① 환자의 심정지를 확인

② 환자의 반응이 없으면 즉시 주변 사람에게 도움을 요청하고 주변에 아무도 없는 경우에는 스스로 119에 신고

③ 환자의 가슴 중앙에 양팔을 쭉 편 상태에서 체중을 실어서 환자의 몸과 수직이 되도록 가슴압박 30회를 시행

④ 환자에게 인공호흡 2회를 시행

⑤ 119 구급대원이 현장에 도착할 때까지 30회의 가슴압박과 2회의 인공호흡을 반복해서 시행

2) 옷에 불이 붙었을 때

뛰거나 몸을 흔들면 불이 더 크게 번질 수 있으므로 우선 그 자리에 멈춤

(1) 자리에 멈춤

(2) 바닥에 엎드려 눈과 입 가림

(3) 불이 꺼질 때까지 뒹굴어야 함

(4) 노인이나 휠체어 사용자처럼 엎드릴 수 없는 사람의 몸에 불이 붙었을 경우 수건이나 담요를 덮어서 산소의 차단을 막아 불을 신속히 꺼줘야 함

6차시	산업안전보건법의 이해

1. 산업안전보건법의 목적

산업안전보건법은 산업재해를 예방하고, 쾌적한 작업환경을 조성하여 근로자의 안전과 보건을 유지· 증진시키고자하는 것을 목적으로 하고 산업안전보건법에 관한 기준을 확립하고 책임소재를 명확히 하고자 시행하고 있는 규정

2. 산업안전보건을 위한 각 주체

산업안전보건법에서는 산업안전보건을 위한 각 주체 즉, 정부, 사업주, 근로자의 책임과 의무에 대하여 규정하고 있습니다.

1) 사업주의 의무

(1) 일반적인 의무
근로자의 안전과 건강 유지, 국가의 산업재해 예방시책 준수

(2) 설계 – 제조 – 수입 – 건설하는 자의 의무
산업안전보건법 및 명령 준수

(3) 산업재해 발생 기록 및 보고의무
사망, 3 일 이상의 요양이 필요한 부상을 입거나 질병에 걸린 경우

(4) 법령 요지 게시 등의 의무
산업안전보건법과 이 법에 따른 명령의 요지를 상시 근로자가 쉽게 볼 수 있는 장소에 게시

(5) 안전보건표지 부착 등의 의무
유해하거나 위험한 시설 및 장소에 대해 경고하고 비상시 조치에 대한 안내와 안전의식을 고취

(6) 교육훈련 실시 의무

정기교육은 사무직, 판매업무, 판매업무 종사 외 근로자, 관리감독자의 지위에 있는 사람은 각각 매분기 6 시간 이상, 채용시 8 시간 이상, 특별교육은 16 시간 이상 실시

(7) 유해 위험한 기계 및 기구 등의 방호조치
사업주가 방호조치가 정상적인 기능을 발취할 수 있도록 상시 점검하고 정비해야 하며 문제 발생시 상황에 맞는 적절한 조취를 취해야 함

(8) 물리안전보건자료 작성 및 비치
대상 화학물질을 취급하는 근로자에게 자신이 취급하는 대상 화학물질의 유해, 위험성 등을 알려야 하고 발생할 수 있는 산업재해나 직업병에 대해 사전에 예방하고자 해야 함

(9) 위험 평가 (고용노동부 고시 제 2012-104 호)
2013 년 1 월 1 일부터 전면적으로 시행 중

(10) 작업환경 측정
작업환경을 측정하고 결과를 기록, 보존

(11) 근로자의 건강진단

(12) 질병자의 근로 금지, 제한
의사 진단에 따라 근로를 금지하거나 제한

(13) 유해, 위험 방지계획서

(14) 안전보건 진단
진단을 통하여 더 구체적인 재해 예방대책을 수립

(15) 공정안전보고서 제출 (법 제 49 조의 2)

(16) 안전보건 개선 계획 (법 제 50 조)

2) 근로자의 의무

(1) 산업재해 예방을 위한 기준 준수
(2) 사업주나 그 밖의 관련 단체에서 실시하는 산업재해 방지에 관한 조치에 따라야함
(3) 사업주가 취한 안전조치와 보건조치 준수
(4) 사업주가 실시하는 건강진단을 받아야 함
(5) 안전보건 관리규정 준수

3) 정부의 의무
(1) 사업장에 대해 재해 예방 지원 및 지도
(2) 안전문화 추진
(3) 산업재해에 대한 조사 및 통계 유지, 관리 등

3. 유해물질 안전수칙

1) 유해물질은 소정의 장소, 용기에 보관하여야 함
2) 유해물질은 지정된 표시를 하여야 함
3) 취급관계자 이외에는 작업장 출입을 금함
4) 작업장내에서는 담배, 음식을 금함
5) 식사 전에는 손을 깨끗이 닦아야 함

4. 산업활동의 목적

‘산업재해’란 근로자가 업무에 관계되는 건설물·설비·원재료·가스·증기·분진 등에 의하거나 작업 또는 그 밖의 업무로 인하여 사망 또는 부상하거나 질병에 걸리는 것을 말함
따라서 산업 활동의 목적은 이러한 산업재해를 예방하고 경제적 풍요와 행복한 삶을 영위하기 위함

7차시	산업안전보건법 – 건강장해의 예방

1. 사무실에서의 건강장해

1) 과거의 사무공간
   (1) 책상과 의자로 구성
   (2) 읽기와 쓰기 작업 위주

2) 현재의 사무공간
   (1) 컴퓨터 발달로 인한 급격한 변화
   (2) 작업자의 작업공간은 더욱 협소
   (3) 수많은 사람들이 같은 사무실에서 업무 수행

2. 사무실 내에서의 건강장해 요인

1) 조명문제
2) 실내 공기오염문제
3) 작업자세
4) 온·습도 기류

3. 바람직한 책상, 의자구조

1) 컴퓨터단말기 조작업무의 바람직한 책상구조
   (1) 기구를 직접 배치할 수 있도록 충분한 넓이를 갖출 것
   (2) 가운데 서랍이 없는 것을 사용하도록 하며, 다리 주변에 충분한 공간을 확보할 것
   (3) 바닥 면에서 책상 표면까지의 높이가 65cm 전후에서 작업자의 체형에 알맞도록 조정하여 고정할 수 있는 것

2) 컴퓨터단말기 조작업무의 바람직한 의자구조
   (1) 안정감이 있고, 이동 회전이 자유로운 것으로 하되 미끄러지지 않는 구조

(2) 바닥 면에서 앉는 면까지의 높이가 35~45cm 범위 내에서 조정이 가능한 것
(3) 충분한 넓이의 등받이와 요추부위부터 어깨부위까지 편안하게 지지할 수 있는 것으로, 높이 및 각도의 조절이 가능한 것
(4) 작업자의 등이 등받이에 닿을 수 있도록 의자 끝부분에서부터 등받이까지의 깊이가 38~42cm 의 범위로써 팔걸이가 있는 것
(5) 앉는 면은 작업자의 엉덩이가 앞으로 미끄러지지 않는 재질과 구조로 되어야 하며 폭은 40~45cm 인 것

4. 스트레칭의 효과

1) 효과
   (1) 근골격계질환을 예방하고 피로회복 및 스트레스를 해소
   (2) 넘어짐 등 사고 예방
   (3) 피로회복
   (4) 스트레스 해소

2) 개인건강 증진
   (1) 몸과 마음이 편안해 짐
   (2) 통증이 줄고 피로가 풀림
   (3) 운동능력이 좋아짐
   (4) 균형감각이 좋아져서 업무 시 부상이나 상해를 입을 경우가 감소
   (5) 스트레칭을 할 때도 평상시 호흡하는 듯이 유지하고, 꾸준히 실시

5. 직무스트레스

직무스트레스란 맡은 일로 인해 심하게 압박감을 받을 때 나타나는 신체적·심리적 반응을 말하며 작업장에서 중요하게 생각하는 사건이 근로자에게 얼마나 스트레스를 주는지는 해당 사건이 해당 작업 장에서 차지하는 위상에 따라 달라짐 즉 동일한 사건이 서로 다른 작업장이나 근로자들에게 동일한 영향력을 주지는 않음

6. 직무스트레스가 주는 영향

1) 건강상의 많은 문제를 일으킴
2) 업무 수행능력이 저하되고 생산성이 떨어짐
3) 일에 대한 책임감을 상실함
4) 결근하거나 퇴직, 사고를 일으킬 위험이 높아짐
5) 심할경우 자사로가 같은 극단적이고 병리적인 행동으로 발전

7. 스트레칭의 핵심요소

1) 작업 후 스트레칭은작업 전보다 길게 함
2) 1 회에 10 초에서 30 초 정도 유지

3) 스트레칭을 할 때에는 평상시의 호흡을 유지
4) 스트레칭은 작업 틈틈이 몸에 반동을 주지 않고 천천히 함

8. 스트레스로 인한 질환 예방 수칙

1) 평소에 달리기, 수영, 등산, 빨리 걷기 등 유산소 운동을 꾸준히 함
2) 스트레칭, 요가, 단전호흡, 명상 등 긴장을 완화시키는 운동을 자주 함
3) 규칙적인 생활과 충분한 수면을 취하고 긍정적인 태도를 가져야 함

9. 사업주의 보건상의 조치사항 규정

규칙에서 규정한 사업주의 구체적인 보건상 조치사항으로는 제 9 장에 명시된 근골격계 부담 작업으로 인한 건강장해의 예방을 위해 유해요인의 조사 및 그 결과에 따른 작업환경의 개선, 유해성의 주지, 의학적 관리, 예방관리프로그램의 작성/시행 및 중량물 작업 특별조치 등을 규정하고 있음

8차시	산업안전보건법 – 응급의료체계

1. 산업안전의 응급처지 원칙

가벼운 상해의 경우 PRICE 원칙을 따름

1) 첫 번째는 보호(Protection)
   이를 위해 차 손상 방지를 위해 부목을 대거나 살균용 거즈를 대고 드레싱을 함
2) 두 번째는 휴식 및 안정(Rest)
   출혈과 염증 발생을 억제하고, 부종 및 조직 손상을 방지
3) 세 번째, 냉각(Ice)
   가벼운 상해인 경우 24~48 시간, 심한 경우 72 시간 냉찜질을 통해 통증을 경감시키고 부종과 출혈을 감소시킴
4) 네 번째로 압박(Compression)
   지혈과 부종 억제를 위해 탄력붕대나 테이프로 압박
5) 마지막으로 거상(Elevation)
   환부를 심장위치보다 높게 위치시켜 과잉 출혈을 막고 부종을 최소화

2. 응급처지의 개요

사고나 질병으로 갑자기 재해자가 발생하였을 때, 그 재해자가 의료기관에 도착하기 전까지 행해지는 즉각적이고 임시적인 처치

1) 응급처치 시행자의 행동 수칙
   (1) 신속한 연락과 처치
      ① 의료기관이나 119 구조대에 연락하고 신속하게 처치
      ② 현장 응급처치 시행자에 의한 1 차 처치는 4 분 이내에 이루어지도록 함
      ③ 전문가에 의한 처치가 8 분 이내에 이루어질 수 있도록 함

   (2) 응급처치에 대한 허락
      ① 재해자가 의식이 있으면 재해자에게 자기소개를 하고, 응급처치를 시행해도 좋다는 허락을 받아야 함

② 재해자의 의식이 없는 경우에는 행인에게 허락을 받고 동행인이 없으면 허락을 받은 것으로 간주

(3) 추가 손상의 방지

① 응급처치 시행자는 더 이상의 손상을 방지하기 위하여 의식이 없는 재해자와 경추와 척추 손상이 의심되는 재해자의 이송과 처치 시에 경추보호대와 전신부목으로 고정하여 보호

(4) 주변의 물건을 이용한 응급처치

① 응급처치기구가 없으면 주변의 물건을 이용하여 응급처치를 시행하도록 함

(5) 상태 관찰 후 전문가 도착 대기

① 재해자에 대한 응급처치방법을 정확히 모르면 재해자에게 처치를 시행하지 말고 상태를 관찰하며 전문가의 도착을 기다려야 함

응급처치는 현장조사 후 응급기관에 연락을 취한 다음 응급처치를 실시하도록 하는 안전수칙을 따라야 함

1) 현장조사

(1) 재해자와 응급처치 시행자 자신의 안전성 확인
(2) 재해발생 상황 파악
(3) 주변에서 도움을 줄 수 있는 인력 확인
(4) 재해자 구출 시 특수 장비의 필요성 파악

2) 응급기관에 연락

(1) 119 구급대에 구조 요청해야 할 응급 사항
(2) 119 응급 환자 신고 시 전달할 기본 정보

3) 응급처치

(1) 재해자의 상태에 따라 적합한 자세를 유지
(2) 재해자가 의식이 있으면 불안해하지 않도록 안심시키고 응급처치 시행 중
자주 조용히 말을 검
(3) 재해자의 상태를 계속 관찰

(4) 재해자의 처치와 안정에 방해가 되지 않도록 군중을 통제

3. 심폐소생술

인공호흡은 호흡과 대사를 도와 산소를 얻게 해주고, 흉부압박은 심실에 압박을 가해 줌으로서 혈액순환을 돕는 것

1) 심폐소생술 시행 순서

(1) 심정지 확인

① 환자의 양쪽 어깨를 가볍게 두드리며, 큰 목소리로 “여보세요, 괜찮으세요? 눈 떠 보세요.”라고 소리침

② 환자의 몸 움직임, 눈 깜박임, 대답 등으로 반응을 확인하고, 동시에 숨을 쉬는지 또는 비정상 호흡을 보이는지 관찰함 이때 반응이 없더라도 움직임이 있거나 호흡을 하는 경우는 심정지가 아니므로 유의

(2) 도움 및 119 신고

① 환자의 반응이 없으면 즉시 큰 소리로 주변 사람에게 도움을 요청

② 주변에 아무도 없는 경우에는 즉시 스스로 119 에 신고

③ 만약 주위에 자동제세동기가 비치되어 있다면 자동제세동기를 함께 요청

(3) 흉부 압박 30 회 시행

① 환자의 가슴 중앙에 깍지 낀 두 손의 손바닥 뒤꿈치를 댐 이때, 손가락이 가슴에 닿지 않도록 주의

② 손가락이 가슴에 닿지 않도록 주의하고 양팔을 쭉 편 상태에서 체중을 실어서 환자의 몸과 수직이 되도록 가슴을 압박

③ 성인에서 분당 100~120 회의 속도와 가슴이 5-6 cm 깊이로 눌릴 정도로 강하고, 빠르게 압박

④ ‘하나’, ‘둘’, ‘셋’,…, ‘서른’하고 세어가면서 시행하며, 압박된 가슴은 완전히 이완되도록 함

(4) 인공호흡 2 회 시행

① 인공호흡을 시행하기 위해서는 먼저 환자의 머리를 젖히고, 턱을 들어 올려서 환자의 기도를 개방시킴

② 머리를 젖혔던 손의 엄지와 검지로 환자의 코를 잡아서 막고, 입을 크게 벌려 환자의 입을 완전히 막은 뒤에 가슴이 올라올 정도로 1 초 동안 숨을 불어 넣음

③ 숨을 불어넣을 때에는 환자의 가슴이 부풀어 오르는지 눈으로 확인

④ 숨을 불어넣은 후에는 입을 떼고 코도 놓아주어서 공기가 배출되도록 함

⑤ 인공호흡 방법을 모르거나, 꺼려지는 경우에는 인공호흡을 제외하고 지속적으로 가슴압박만을 시행

(5) 가슴압박과 인공호흡을 반복

① 처치자(119 구급 대원)가 도착 시까지 응급처치 시행자는 30 회의 가슴압박과 2 회의 인공호흡을 반복해서 실시

4. 자동제세동기 사용 방법

전원켜기 ➔ 2 개의 패드부착 ➔ 심장리듬 분석 ➔ 제세동 시행 ➔ 즉시 심폐소생술 다시 시행

1) 전원켜기
   (1) 자동제세동기를 심폐소생술에 방해가 되지 않는 위치에 놓은 뒤에 전원 버튼을 누름
   (2) 자동제세동기는 반응과 정상적인 호흡이 없는 심정지 환자에게만 사용하여야 하며, 심폐소생술 시행 중에 자동제세동기가 도착하면 지체없이 적용해야 함

2) 2 개의 패드 부착
   (1) 첫 번째 패드는 오른쪽 빗장뼈 바로 아래에, 두 번째 패드는 왼쪽 젖꼭지 옆 겨드랑이에 부착
   (2) 패드 부착부위에 이물질이 있다면 제거하며, 패드와 제세동기 본체가 분리되어 있는 경우에는 연결

3) 심장리듬 분석
   (1) “분석 중…”이라는 음성 지시가 나오면, 심폐소생술을 멈추고 환자에게서 손을 뗌
   (2) 제세동이 필요한 경우라면 “제세동이 필요합니다”라는 음성 지시와 함께 자동제세동기 스스로 설정된 에너지로 충전을 시작
   (3) 자동제세동기의 충전은 수 초 이상 소요되므로 가능한 가슴압박을 시행
   (4) 제세동이 필요 없는 경우에는 “환자의 상태를 확인하고, 심폐소생술을 계속하십시오”라는 음성 지시가 나옴

4) 제세동 시행
   (1) 제세동이 필요한 경우에만 제세동 버튼이 깜박이기 시작
   (2) 깜박이는 제세동 버튼을 눌러 제세동을 시행하고, 제세동 버튼을 누르기 전에는 반드시 다른 사람이 환자에게서 떨어져 있는지 다시 한 번 확인

5) 즉시 심폐소생술 다시 시행

(1) 실시한 뒤에는 즉시 가슴압박과 인공호흡 비율을 30:2 로 심폐소생술을 다시 시작

(2) 자동제세동기는 2 분마다 심장리듬 분석을 반복해서 시행하며, 이러한 자동제세동기의 사용 및 심폐소생술의 시행은 119 구급대가 현장에 도착할 때까지 지속되어야 함

5. 출혈

1) 하지의 큰 출혈
   (1) 튼튼한 천을 사용하여 지혈
   (2) 바지 등의 옷은 출혈 부위까지 가위로 절개
   (3) 출혈 부위의 약간 위까지 지혈대 천을 말아 올림
   (4) 막대를 고정시키고, 지혈 시각을 기재
   (5) 피가 멈추었다면 막대가 움직이지 않도록 고정

2) 상지의 큰 출혈
   (1) 폭 5cm 정도의 천을 출혈 부위 보다 약간 위쪽에서 이중으로 감아서 매듭지음
   (2) 이후 짧고 튼튼한 막대를 사용하여 매듭 밑을 관통
   (3) 막대를 끌어올리듯이 돌리면서 피가 멈출 때까지 죔
   (4) 피가 멈추었다면 천의 양끝을 막대로 감고 고정시킨 후 지혈시각을 기재

3) 코의 출혈
   (1) 윗입술과 잇몸 사이에 둥글게 말은 거즈를 넣고 코를 손가락으로 눌러 압박을 가함
   (2) 코피가 폐로 유입되지 않도록 가능한 피재자를 앉은 상태에서 머리를 앞으로 숙이도록 함
   (3) 10 분 후에 압박을 풀어주고 피가 멈추지 않으면 10 분을 더 압박함
   (4) 코 위에 얼음물 주머니를 올려주면 지혈에 도움이 됨

4) 귀로부터의 출혈
   (1) 피나 액체가 흘러나오도록 손상 받은 쪽으로 귀를 기울임
   (2) 소독 거즈로 귀를 덮고 접착성 테이프로 살짝 붙임

6. 골절

1) 큰 상처나 외상에 의해 뼈에 골절을 입은 경우
   (1) 환자가 의식이 없거나 호흡이 없을 경우 바로 심폐소생술을 시작
   (2) 심한 출혈이 있는지 확인
   (3) 약간의 눌림과 움직임에도 통증이 있는지 확인

(4) 팔다리와 관절의 움직임에 이상이 있는지를 확인
(5) 뼈가 피부를 뚫고 나왔는지 확인
(6) 발가락, 손가락 끝에 느낌과 감각이 있는지도 함께 확인
(7) 목, 등, 머리 뼈 등에 골절이 있는지 의심해 봄
(8) 이외에 골반, 엉덩이, 대퇴골 등에 골절이 있는지도 확인

2) 의료진이 도착하기 전까지 조치
(1) 상처에 소독된 거즈나 천으로 덮고 눌러 지혈하여 출혈을 멈추게 함
(2) 다친 부위를 움직이지 못하게 하고 다친 부위에 부목을 대어 지지
(3) 얼음 팩을 다친 부위에 대주어 부기와 통증을 없앰
(4) 쇼크를 예방
(5) 자가 숨을 짧고 빠르게 쉬며 기절할 것 같으면 머리를 몸통보다 낮추고 다리는 높이 올림

7. 화상

1) 전기화상
(1) 먼저 전원을 끊고 쇼크를 방지
(2) 감전 후 적어도 수 시간은 안정을 유지하는 것이 필요하며, 호흡이 정지된 경우는 인공호흡을, 심장 정지가 있은 경우는 심마사지를 실시
(3) 호흡과 심장의 회복 후에 화상에 대한 처치 실시
(4) 화상은 몸의 심부까지 충분히 차게 해 줌

2) 열의 의한 화상
(1) 환부는 계속 차게 해 줌
(2) 옷을 입은 채 씻어도 좋음
(3) 청결한 가제나 천을 가볍게 대고 물집이 터지지 않게 하면서 붕대를 감음
(4) 쇼크에 대한 처치를 함
(5) 될 수 있는 한 수돗물로 차게 함

8. 근육파열, 염좌

1) 근육파열
(1) 스스로 걸을 수 없다면, 들것 등을 사용
(2) 환부를 냉수 수건이나 얼음주머니로 차게 해 줌

(3) 2, 3 일 지나 통증이 나아지면 상태에 따라 따뜻하게 해줌

(4) 환부를 탄력붕대 등으로 고정

2) 염좌

(1) 면, 천, 스펀지 등으로 두껍게 대 줌

(2) 탄력붕대로 누르듯이 고정

(3) 얼음주머니를 대 환부를 차게 함

(4) 환부를 높여 줌

9. 뇌심혈관질환

겨울철 주로 야외에서 근무하는 근로자가 심근경색 등의 심장질환으로 사망하는 사고가 발생하고 있는데, 통상적으로 심장과 심혈관, 뇌혈관 계통에서 발생하는 질환이다.

1) 뇌혈관질환의 경우 갑자기 팔, 손, 다리에 힘이 빠지고 약해진 느낌
2) 저림, 얼굴이나 몸 한쪽에 느낌이 없음
3) 말을 하는데 어려움을 느끼거나 어지러움과 비틀거림
4) 심한 두통
5) 작업 중 호흡곤란이나 맥박이상, 가슴에 압박감과 통증, 눈의 통증
6) 추운 느낌과 함께 진땀이 나고 온 몸에 힘이 빠지거나 현기증이 나는 증상