

<p>국민의 내일을 위한 정부혁신</p> <p>보다 나은 정부</p>	<h1>보도자료</h1>	<p>배 포</p>	<p>2019. 3. 6.(수)</p>	
 <p>식품의약품안전처</p>			<p>담 당 과</p>	<p>사이버조사단 (☎043-719-1920) 바이오생약국 의약품정책과 (☎043-719-3703) 바이오생약국 화장품정책과 (☎043-719-3403) 의약품안전국 의약품안전평가과 (☎043-719-2701) 식품안전정책국 건강기능식품정책과 (☎043-719-2456) 식품안전정책국 식품안전관리과 (☎043-719-2054) 의료기기안전국 의료기기안전평가과 (☎043-719-5004)</p>
				<p>과 장</p>
<p>사 무 관</p>	<p>이주현 (☎043-719-1920) 성주희 (☎043-719-3703) 박성환 (☎043-719-3403) 이유빈 (☎043-719-2705) 한규홍 (☎043-719-2456) 박동희 (☎043-719-2054) 양원선 (☎043-719-5004)</p>			

생활 속 미세먼지 대처법

식약처, 미세먼지·황사 대비 분야별 안전관리 정보 제공

□ 식품의약품안전처(처장 류영진)는 올해 **미세먼지·황사**가 자주 발생할 것에 대비하여 **보건용 마스크**의 구입 및 사용 요령, **안약·콘택트 렌즈** 사용 시 주의사항, **식품 보관 및 섭취** 시 주의사항 등 분야별 안전관리 정보를 제공한다고 밝혔습니다.

■ 의약품·보건용 마스크 올바른 사용법

○ 의약품으로 허가받은 '**보건용 마스크**'는 추위로부터 얼굴을 보호하는 방한대 등 일반 마스크와 달리 **미세입자를 걸러내는 성능**을 가지고 있으므로 **미세먼지·황사**로부터 **호흡기를 보호**하기 위해서는 **보건용 마스크**를 착용하여야 합니다.

- 의약외품으로 허가된 보건용 마스크는 95개사 543개 제품('19. 3. 5. 기준)이 있습니다.
- 허가된 '보건용 마스크' 제품에는 입자차단 성능을 나타내는 'KF80', 'KF94', 'KF99' 문자가 표시되어 있는데, 'KF' 뒤에 붙은 숫자가 클수록 미세입자 차단 효과가 더 크지만, 숨쉬기가 어렵거나 불편할 수 있으므로 미세먼지·황사 발생 수준, 개인별 호흡량 등을 고려하여 제품을 선택하는 것이 바람직합니다.
- 'KF80'은 평균 $0.6\mu\text{m}$ 크기의 미세입자를 80% 이상 걸러낼 수 있으며 'KF94', 'KF99'는 평균 $0.4\mu\text{m}$ 크기의 미세입자를 각각 94%, 99% 이상 걸러낼 수 있습니다.
- ※ KF(Korea Filter): 보건용 마스크는 KF문자 뒤에 숫자를 표시하여 해당 제품의 미세입자 차단 성능을 나타냄.
- 보건용 마스크 구입 시에는, 입자차단 성능이 없는 방한대, 의약외품으로 허가받지 않은 마스크 등이 미세먼지, 황사 등을 차단할 수 있는 것처럼 광고·판매되는 사례가 있어 주의해야 합니다.
- 약국, 마트, 편의점 등에서 보건용 마스크를 구입하는 경우에는 제품의 포장에서 '의약외품'이라는 문자와 KF80, KF94, KF99 표시를 반드시 확인해야 합니다.
- 온라인에서 구매하는 경우에도 게시된 제품명, 사진, KF 표시 여부 등 해당 제품이 '보건용 마스크'로 허가된 것인지 확인하고 구입해야 합니다.
- 보건용 마스크는 세탁하면 모양이 변형되어 기능을 유지할 수 없으므로 세탁하지 않고 사용해야 하며, 한 번 사용한 제품은 먼지나 세균에 오염되어 있을 수 있으므로 재사용하지 말아야 합니다.

- 또한 수건이나 휴지 등을 닦은 후 마스크를 사용하면 밀착력이 감소해 미세입자 차단 효과가 떨어질 수 있으므로 주의해야 하고, 착용 후에는 마스크 겉면을 가능하면 만지지 말아야 합니다.
- 임산부, 호흡기·심혈관 질환자, 어린이, 노약자 등 마스크 착용으로 호흡이 불편한 경우에는 사용을 중지해야 하며, 필요한 경우 의사 등 전문가와 상의해야 합니다.

■ 안약 사용 시 주의사항

- 황사나 미세먼지 발생 시 외출을 자제하도록 하며, 부득이 외출한 후 눈이 따갑거나 이물감이 느껴지면 눈을 비비지 말고 인공 눈물 또는 세안액을 사용해 눈을 깨끗이 하는 것이 바람직합니다.

※ 인공눈물 : 눈에 수분을 공급하거나 유힬을 목적으로 사용되는 점안액

(예: 카르복시메틸셀룰로오스, 히드록시프로필메틸셀룰로오스 등 함유 점안제)

※ 세안액 : 눈의 세정, 수영 후 눈의 불쾌감 또는 먼지나 땀이 눈에 들어갔을 때 눈을 씻는 데 쓰는 약

- 세안액은 첨부된 세안컵 등 적절한 용구를 이용하여 사용방법에 따라 눈을 세정해야 합니다.
- 만일 눈이 가렵고 붉어지며 눈에서 끈끈한 분비물이 나오는 등 염증이 생기거나 세균 감염이 의심되는 경우는 의료기관을 방문하여 의사의 정확한 진단 및 치료를 받아야 합니다.
- 안약을 사용하기 전에는 반드시 손을 깨끗이 씻고, 안약 용기의 끝이 눈꺼풀이나 속눈썹에 닿으면 오염될 수 있으므로 주의하여 사용해야 합니다.
- 일회용 안약은 개봉 후 즉시 사용하고 사용 후에는 재사용하지 말고, 약액의 색이 변했거나 혼탁된 것은 사용하지 말아야 하며,

다른 사람과 함께 사용하지 않아야 합니다.

- 두 종류 이상의 안약을 사용할 경우에는 일정시간 간격(최소 5분 정도)을 두고 투약하는 것이 좋습니다.

■ 콘택트렌즈 사용 시 주의요령

- 미세먼지·황사 발생 시 콘택트렌즈보다는 안경이나 선글라스를 착용하는 것이 좋지만 부득이하게 콘택트렌즈를 착용할 경우에는 렌즈 소독 및 세정 관리를 보다 철저히 하는 것이 중요합니다.
- 미세먼지가 많은 경우 렌즈로 인해 눈이 더 건조해지면서 충혈, 가려움증 등의 부작용이 발생할 수 있기 때문에 8시간 이상의 장시간 착용을 피해야 합니다.
- 콘택트렌즈 착용자는 외출 후 렌즈를 즉시 빼고 인공눈물 등으로 눈을 세척해주는 것이 바람직합니다.

■ 개인 세정용 화장품 사용 시 주의사항

- 미세먼지 발생 시 많이 사용되는 화장품 중에는 인체세정용 제품으로 폼클렌저가 있으며, 기초화장용 제품으로 피부 영양·보습 및 차단용 로션 및 크림류가 있습니다.
- 미세먼지 차단 효과를 광고하는 화장품은 제조판매업체가 효능에 대한 실증자료를 구비하여야만 표시·광고를 할 수 있고 그러지 못할 경우 허위·과대광고로 행정처분을 받을 수 있습니다.
- 식약처는 화장품 허위·과대광고에 대한 단속을 지속적으로 하고 있으며 아울러 소비자들은 제품 구매 시 제품 효능·효과에 대한 정보를 사전에 꼼꼼히 확인하여 허위·과대광고가 의심되는 경우 식약처로 신고할 것을 당부하고 있습니다.

■ 식품 보관 및 섭취 시 주의사항

- 포장되지 않은 식재료 등을 보관할 때에는 플라스틱 봉투 혹은 덮개가 있는 위생용기에 밀봉하여 보관하고 야외에 저장·보관 중이라면 실내로 옮겨야 합니다.
- 식품을 조리할 때에는 미세먼지가 주방에 들어오지 못하도록 창문을 닫은 후에 조리하고, 과일이나 채소는 사용 전에 깨끗한 물로 충분히 씻어 사용해야 합니다.
 - 2차 오염을 방지하기 위해 손 씻기 등 개인위생 관리도 철저히 해야 합니다.
- 또한 미세먼지·황사 발생 시 조리 기구 등을 세척, 살균 소독하여 잔존 먼지 등을 제거한 후 사용해야 합니다.
- 특히, 국내 허가된 건강기능식품 중에는 미세먼지나 황사로 인한 호흡기 질환에 효과가 있거나 이를 예방하는 기능성 제품은 없으므로 건강기능식품 구입 시 허위·과대광고에 주의해야 합니다.
- 식약처는 미세먼지·황사가 심할 때에는 가급적 외출을 자제하되 외출 시에는 의약외품으로 허가받은 보건용 마스크를 착용하고, 외출 후에는 반드시 얼굴과 손발을 깨끗이 씻는 등 위생관리를 철저히 하는 것이 중요하다고 당부하였습니다.

< 첨부 > 생활 속 미세먼지 대처방법 관련 Q & A

< 별첨 > 보건용 마스크 품목 허가 현황('19.3.5. 기준)

Q3) 그럼, 미세먼지는 황사와 다른가요?

- 미세먼지는 황사와 다릅니다.
 - 황사는 중국 내몽골 사막에서 강한 바람으로 인해 자연적으로 만들어진 모래와 흙먼지가 대부분으로 칼슘, 철분 등 토양성분으로 구성되어 있는 반면,
 - 미세먼지는 주로 산업시설, 자동차 배기가스 등 사람들의 활동 중에 발생하는 것으로 중금속, 유해화학물질 등으로 구성되어 있습니다.

Q4) 미세먼지는 어떻게 몸속으로 들어오나요?

- 대부분의 먼지는 코털 또는 기관지 점막에서 걸러져 배출되나, 미세먼지(PM₁₀)는 입자의 지름이 매우 작아 코, 구강, 기관지에서 걸러지지 않고 우리 몸속까지 스며듭니다.
 - 같은 농도에서 입자크기가 작은 PM_{2.5}는 PM₁₀보다 넓은 표면적을 갖기 때문에 다른 유해물질들이 더 많이 흡착될 수 있으며, 기관지에서 다른 인체기관으로 이동할 가능성이 높습니다.

Q5) 그러면 미세먼지가 건강에 얼마나 해로운가요?

- 미세먼지가 우리 몸속으로 들어오면 면역세포가 반응하여 몸의 각 기관에서 부작용인 염증반응이 발생되어 천식, 호흡기, 심혈관계 질환 등이 유발될 수 있습니다.
 - 질병관리본부에 따르면 미세먼지(PM₁₀) 농도가 10 μ m/m³ 증가할 때마다 만성폐질환으로 인한 입원율은 2.7% 증가하며,
 - 미세먼지(PM_{2.5}) 농도가 10 μ m/m³ 증가할 때마다 폐암 발생률이 9% 증가하는 것으로 보고되고 있습니다.

의약외품 [보건용 마스크]

Q1) 보건용 마스크 중 'KF94', 'KF99' 제품은 세균을 죽이나요?

- 아닙니다. 세균을 죽이는 것이 아니라 마스크에 사용된 특수한 필터를 통해 외부에서 유입되는 세균을 차단하여 호흡기가 세균에 노출되는 정도를 줄여주는 것입니다.
- * KF94·KF99: 미세입자(평균 입자크기 0.4 μ m)를 각각 94%, 99% 이상 차단하여 미세먼지, 황사와 같은 입자성 유해물질과 신종플루 같은 감염원으로부터 호흡기를 보호

Q2) 어린이용 보건용 마스크가 따로 있나요?

- 현재 어린이용과 성인용을 구분하여 허가된 보건용 마스크는 없으며, 어린이 얼굴 크기에 맞는 마스크를 구입하여 어린이 얼굴에 잘 밀착시켜 사용해야 합니다.
- 호흡기가 약한 영·유아는 미세먼지나 황사 수준이 '나쁨' 이상일 때에는 외출하지 않는 것이 바람직합니다.

Q3) 보건용 마스크를 얼굴에 밀착시켜도 틈새로 공기가 들어오는데 호흡기 보호 효과가 있나요?

- 보건용 마스크는 입자차단 성능과 함께 착용 시 틈새로 공기가 들어오는 정도에 대해서도 기준을 정하여 관리하고 있으므로, 얼굴에 잘 밀착시켜 착용하면 입자성 유해물질로부터 호흡기를 보호하는 효과가 있습니다.