

2023년도 서울시  
**빈대 예방 및 관리**  
**안내서**

BED BUGS  
PREVENTION AND  
MANAGEMENT  
GUIDE BOOK

## Contents 목차

1. 정의	3
2. 특징	4
3. 발생현황	7
4. 임상 증상 및 진단·치료	9
5. 예방 및 관리	11
6. 문의처	15
7. Q&A	16
붙임	
1. 예방행동수칙	19
2. 사전 점검표	20
3. 여행자 및 관리자 (숙박업소, 찜질방)를 위한 팁	21

## 정의

### ✓ 빈대(Bed Bugs)에 의한 피부질환

- 흡혈곤충인 빈대(Insecta: Hemiptera: Cimicidae)에 물려 발생하는 소양증, 반구진성 홍반성 피부 병변 유발<sup>1)</sup>

- 온혈동물의 피를 빨아 생명을 유지하는 불쾌곤충(nuisance insect)으로 전 세계에서 발견되며, 그 특성 때문에 사람들이 거주하는 도시 지역에서 특히 영향이 큼
- 감염성 질환을 매개하지는 않으나<sup>2)3)</sup>, 심리적 영향, 알레르기 증상 등 건강에 여러 가지 영향을 미칠 수 있어, 주거지의 빈대 출현 징후에 대한 정기적인 점검 필요

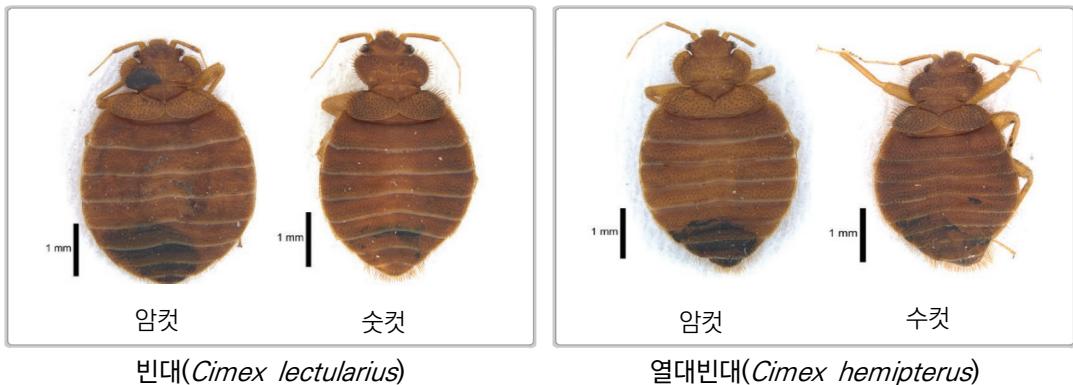
1) Parola, Philippe; Izri, Arezki. "Bedbugs". *New England Journal of Medicine*. 2020. 382(23): 2230-2237.

2) Jerome Goddard; Richard deShazo. "Bed bugs (*Cimex lectularius*) and clinical consequences of their bites". *Journal of the American Medical Association*. 2009. 301(13): 1358-1366.

3) Doggett SL, Russell R. "Bed bugs-What the GP needs to know". *Aust Fam Physician*. 2009. 38(11): 880-4.

### 빈대(Insecta: Hemiptera: Cimicidae)

- 곤충강(Insecta) 노린재목(Hemiptera) 빈대과(Cimicidae) 빈대속(Cimex)에 속함
- 지구상에는 총 75종(種)의 빈대가 존재하며, 일반적으로 인간 흡혈에 연루된 종의 빈대(Insecta: Hemiptera: Cimicidae)는 빈대(*Cimex lectularius*)와 반날개빈대(*Cimex hemipterus*, 일명 열대빈대)가 있음
- 빈대(*Cimex lectularius*)는 전 세계, 열대빈대(*Cimex hemipterus*)는 열대 및 아열대 지역에 주로 분포하며, 최근 해외 유입으로 추정되는 열대빈대(*Cimex hemipterus*)가 보고됨<sup>4)</sup>



[그림] 빈대(*Cimex lectularius*)와 오산에서 채집된 열대빈대(*Cimex hemipterus*) 등면도<sup>4)</sup>

4) Cho S, Shin EH, Ju HC, Jeong ES, Lee SH, Kim JH. The first recent case of *Cimex hemipterus* (Hemiptera: Cimicidae) with super-kdr mutations in the Republic of Korea. J Med Entomol. 2023. 60(4): 822-827.

## □ 생물학적 특성

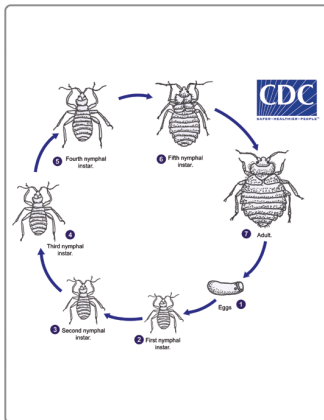
### ✔ 형태적 특성

- 빈대는 상하로 납작하게 눌러있으며, 난형으로 진한 갈색을 하고 있음
- 성충의 체장은 5~6mm이고, 3마디로 구성된 주둥이(천흡형구기, pierce-sucking mouthpart)와 4마디의 촉각을 가지고 있음
- 수컷은 복부가 약간 뾰족하고, 암컷은 복부가 둥글

## □ 생활사 및 습성

### ✔ 생활사 및 습성

- 번데기 과정이 없는 불완전 변태로 알에서 약충을 거쳐서 성충이 됨
- 알 부화기간은 평균 9~10일로, 낮은 온도에서는 수 주 정도 소요되며 27°C에서는 5~7일 소요
- 부화한 1령 약충(1st nymph)은 1~1.5mm이고 5회 탈피하고, 각 영기마다 최소 1회 흡혈하며, 성충과 습성이 유사함
- 발육기간은 최적 환경에서 약 6~8주 소요되며, 최저온도는 13°C로 그 이하에서는 발육이 중지됨<sup>5)</sup>



실내기온 (°C)	발육기간(일)		기아 저항능력(일)	
	부화기간	전발육기간	수컷	암컷
7°C	부화 못 함	-	220(387)	286(465)
13°C	48.7	발육 못 함	338(470)	360(565)
15°C	34.0	236.7	-	-
18°C	20.2	125.2	152(260)	143
23°C	9.2	61.6	85(136)	69
25°C	7.1	46.0	-	-
28°C	5.5	34.2	-	-

5) 이한일, 2012. 위생곤충학(5판), 475pp. 고문사.

- 성충의 수명은 온도에 따라 차이가 있음
  - ※ 실내기온 18~20℃에서 9~18개월간 생존하며, 27℃에서 15주 생존, 34℃에서 10주 가량 생존
- 야간활동성으로 **암수 모두 흡혈**을 하며 주간에는 가구나 침대, 벽의 틈, 벽지 틈 등에 숨어있고, 저녁보다는 이른 새벽(3~4시)에 흡혈 활동을 함
  - ※ 낮에 빈대를 발견한 경우, 빈대의 밀도가 매우 높다는 것을 의미함
- 흡혈은 1주일에 약 1~2회로 약 10분간 몸무게의 2.5~6배 피를 흡혈함
  - ※ 섭취한 혈액의 수분을 줄이기 위해 흡혈하면서 소화시키고 바로 배설, 이러한 반 액체성분의 배설물이 가구나 침구에 특정한 흔적을 남기고, 특유의 냄새를 유발(빈대 오염 여부 점검지표)
- 빈대는 하루에 1~10개의 알을 낳고 **일생 동안 200~500개의 알을 낳을 수** 있는 반면, **열대빈대는 일생 동안 약 50개의 알을 낳음**

## 발생 현황

### □ 국내현황

- 1970년대 초반 이후 국내에서 빈대는 자취를 감춘 것으로 알려짐
- 2008년 미국 뉴저지에서 이사 온 30세 여성의 전형적인 빈대 물림에 의한 피부 발진호소, 환경조사결과 9개월간 거주한 아파트에서 빈대(*Cimex lectularius*) 약충 및 알껍질, 사체 등이 확인되었고, 서울에서는 적어도 20년 이상 빈대에 대한 보고가 없었기 때문에 빈대는 해외에서 유입된 것으로 추정<sup>6)</sup>

### □ 국외현황

- 1980년대 이후, 해외여행 증가 및 이민 증가 등으로 선진국의 빈대 감염률이 급격히 증가함<sup>7)</sup>
- (미국) 미국 국립 해충 관리 협회(National Pest Management Association)는 2000년과 2005년 사이에 빈대 신고가 71% 증가했다고 보고<sup>8)</sup>, 뉴욕시는 2004년 500건에서 2009년 10,000건으로 증가<sup>9)</sup>, 2010년 뉴욕시의 주택, 소매점, 영화관, 사무실, 학교, 특히 브루클린과 퀸즈에서 빈대 출현 보고, 2023년 시카고, 뉴욕, 필라델피아, 클리블랜드 및 로스앤젤레스가 미국에서 빈대 출현이 가장 많은 상위 5개 도시라고 보고됨<sup>10)</sup>

6) Lee IY, Ree HI, An SJ, Linton JA, Yong TS. Reemergence of the bedbug *Cimex lectularius* in Seoul, Korea. *Korean J Parasitol.* 2008. 46(4): 269-71.

7) Kolb A, Needham GR, Neyman KM, High WA. "Bedbugs". *Dermatol Ther.* 2009. 22(4): 347-52.

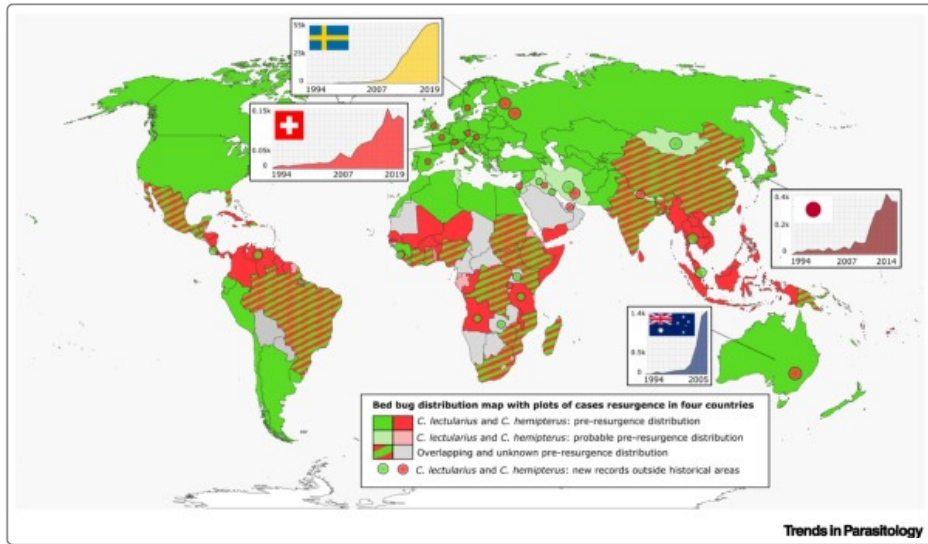
8) Voiland, A. "You May not be Alone". *U.S. News & World Report.* 2007. 143(2): 53-54.

9) Gibson M. "Are Bedbugs Taking Over New York City?". *Time.* 2010.

10) "The Windy City can't blow bed bugs away: Chicago ranks #1 for third consecutive year on Orkin's bed bug cities list". *Orkin.* 9 January 2023.

<https://www.orkin.com/press-room/2023-top-bed-bug-cities-list>

- (프랑스) 2017년부터 2022년까지 프랑스 가구의 11%가 빈대에 감염, 2023년 파리지역 영화관에서 빈대 출현 이후 집, 기차, 학교, 병원까지 빈대 출현 확대<sup>11)</sup>
- (영국) 전국적으로 전년 대비 빈대 출현이 65% 증가한 것으로 나타남<sup>12)</sup>



[그림] 빈대(*Cimex lectularius*)와 열대빈대(*Cimex hemipterus*) 분포<sup>13)</sup>

11) "Punaise!" Paris Battles Bedbug Outbreak, Real or Imagined". The Wall Street Journal. 4 October 2023. <https://www.wsj.com/world/paris-bed-bug-outbreak-22b6e915>

12) "A bed bugs epidemic is sweeping the UK-this is why". The Independent. 15 August 2023. <https://www.independent.co.uk/news/uk/home-news/bed-bugs-epidemic-pest-control-b2393197.html>

13) Jan Štefka, Jan Votýpka, Julius Lukeš, Ondřej Balvín, *Cimex lectularius* and *Cimex hemipterus* (bed bugs), Trends in Parasitology. 2022. 38(10): 919-920.



## 임상 증상 및 진단·치료

### □ 임상 증상

#### ✓ 진료과 및 임상 증상

- 진료과 : 가정의학과, 피부과, 감염내과
  - 노출부위 : 팔, 다리, 발, 얼굴, 목 등 잠옷이나 담요로 덮지 않은 부위
  - 빈대 물림과 관련된 가장 흔한 증상 : **소양증, 반구진성, 홍반성 피부병변**
- ※ 흡혈 시 분비되는 타액으로 인한 아나필락시스를 포함한 심각한 알레르기 반응이 드물게 보고됨



(출처) IY Lee. Korean J Parasitol. 2008. 46(4): 269-271

(출처) Delaunay P, Blanc V, Del Giudice P, Levy-Bencheton A, Chosidow O, Marty P, Brouqui P. Bedbugs and infectious diseases. Clin Infect Dis. 2011. 52(2): 200-10.

- 흡혈 시 물린 자체는 통증이 없으나, 물린 상처로 인한 팽진은 3~15분 동안 지속
- "즉각적인" 반응은 물린 후 1~24시간 동안 나타날 수 있고, 1~2일 간 지속
- "지연된" 반응은 물린 후 1~3일(최대 14일 이상)에 나타나며 발적과 주기적 가려움증이 2~5일간 지속

## □ 진단

- 빈대 물림과 관련된 의심 증상 및 빈대 노출 관련 역학적 연관성이 있는 경우

- (오염공간 내 빈대 출현 증후 확인) 침대 매트리스 및 프레임, 협탁, 커튼 등에서 약충 또는 성충을 확인, 탈피 흔적·알 또는 부화 흔적 확인, 배설 흔적 확인, 특유 냄새 등

## □ 치료

- 빈대 물림을 치료하려면 **반복적으로 물리지 않도록** 해야 함
- 빈대 물림으로 인한 증상은 **일반적으로 치료 없이 1~2주 내에 회복**
- 가려움증과 2차 감염을 예방하기 위한 **최소한의 대증적 치료**
- 항생제, 항히스타민제, 국소 및 경구 코르티코스테로이드, 에피네프린 등 다양한 경험적 치료가 물린 상처 반응에 사용

## 예방 및 관리

### □ 위험요인 및 위험장소

- 빈대 출현은 위생관리 부족으로 발생하는 경우가 거의 없음<sup>14)</sup>
- (추정위험요인) 오염된 지역(주택, 교통수단, 유흥장소, 숙박시설)에 거주 또는 방문자의 오염된 물건
  - ※ 오염된 지역에서 이동하는 개인의 수하물, 배낭, 여행용 가방, 옷, 중고가구 등
- (위험추정장소) 빈대 출현 지역에서 입국한 내국인 및 외국인이 사용하는 거주지, 숙박업소 및 집단시설, 고시원, 유흥시설, 다중이용시설 등
  - ※ 호텔, 여관, 여인숙, 게스트하우스(숙박 공유 플랫폼으로 예약 및 운영되는 숙박업소 포함), 이민자 및 외국인 유학생·근로자 숙소, 찜질방, 유흥시설, 오염된 지역에서 거주 후 귀국하는 시민의 거주지 등

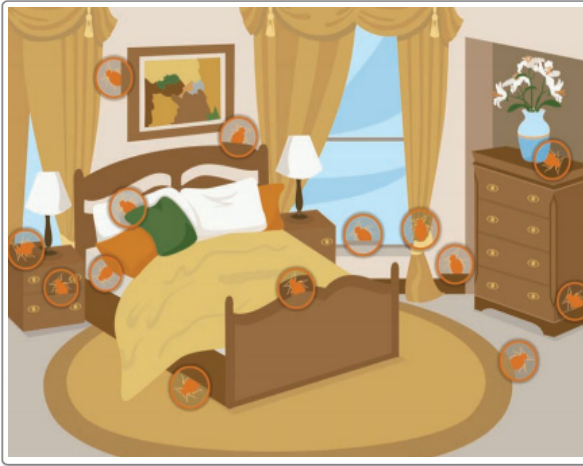
### □ 빈대 조사와 방제 방법

- 빈대를 효과적으로 방제하기 위해서는 예방, 청결 및 위생 그리고 중요지점에 대한 살충 등을 포함하는 종합적방제법[integrated pest management(IPM)]을 적용하고, 빈대 발생이 극심하여 방제가 어려울 경우에는 방제전문기관에 의뢰
- 빈대는 국내외 어디라도 이동할 수 있기 때문에 호텔, 아파트, 집단시설 등에서는 시설 내 빈대를 지속적으로 조사 및 감시하는 것이 필요

14) Hildreth CJ, Burke AE, Glass RM. "JAMA patient page. Bed bugs". JAMA. 2009. 301(13): 1398.

## ✔ 조사 및 감시

### - 빈대 물린 의심 증상자 파악 및 빈대피해 5단계 확인



#### 빈대피해 5단계

- 1단계 : 한 곳에서만 확인됨; 침대 스프링, 침대 프레임, 매트리스 시점부위, 침대 헤드, 소파 등
- 2단계 : 두 곳에서 확인됨, (예) 침대와 침대 헤드, 근처 테이블이나 서랍장 뒷면
- 3단계 : 걸레받이 틈과 카펫 아래
- 4단계 : 벽의 갈라진 틈, 콘센트 내부
- 5단계 : 방의 벽과 천장(커튼 레일 사이)

- (조사 준비물) 개인 보호복(방역복 등), 밝은 손전등, 돋보기, 길고 얇은 프로브, 틈새 도구가 있는 헤파필터 진공 청소기, 라텍스 또는 고무 장갑, 종이 타월, 셀로판 테이프 등

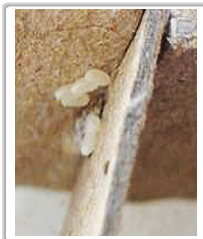
※ 조사 시 몸쪽으로 털 수 있어 주의

- (확인 대상) 살아있거나 죽은 빈대, 알껍질 또는 탈피 흔적, 배설물이나 분변
- (확인 장소) 빈대가 흡혈 후 / 낮에 휴식을 취하는 은신처 즉, 균열 부분이나 갈라진 틈뿐만 아니라 매트리스, 매트리스 시점부위, 침대 프레임 등 침대 및 주변에 집중, 그 밖에 문틈, 마루 바닥 틈, 카펫 주름, 걸레받이, 콘센트, 가구, 사진틀, 벽걸이 물품, 떨어진 벽지, 벽틈, 천정 마감 틀 등 조사

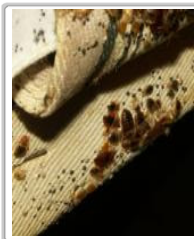
성충확인



흔적확인(알)



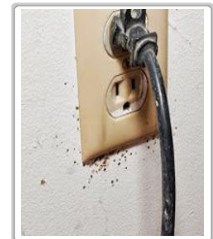
배설흔적



창틀



콘센트 주위



(출처)미국 EPA, <https://www.epa.gov/bedbugs>

## ✔ 물리적 방제

- 살충제만 사용하는 것은 최선의 해결책이 아님
- 환경관리
  - ① (서식처 제거) 침대 주변 정리 및 실내공간 간단한 보수
    - ▶ 침대 주변 물건 정리
    - ▶ 벽이나 바닥 균열, 문물당, 걸레반이, 벽면 콘센트, 벽지 등 보수 및 수리
  - ② (청결유지)
    - ▶ 실내 표면 및 가구 표면 등 모든 단단한 표면을 비누와 물로 세척
    - ▶ 진공 청소기(헤파필터)를 이용하여 침대(box spring 내부 필수), 매트리스, 소파, 가구, 벽지, 책 등 오염된 모든 장소 주변의 알, 약충, 성충을 포집 후 필터 내부에 살충제 충분히 분사 후 밀봉하여 폐기
- 고온 및 저온 처리
  - ① 오염 직물(의류, 커튼, 침대커버, 담요 등)의 고열처리 및 저온처리
    - ▶ 세탁 후 50~60℃ 건조기에 약 30분 이상 건조
    - ▶ 밀봉 후 -19℃ 미만으로 최소 4일 저온처리
  - ② 스팀 청소기(습식 또는 건식)로 빈대가 서식하는 가구 틈과 벽 틈에 고열을 분사하여 방제
    - ▶ 카펫은 살충제 처리 전 스팀 청소
    - ▶ 벽에 맞닿아 있는 카펫(특히, 침대의 머리맡 부분)는 반드시 방제
- 그 외, 열풍처리 및 이산화탄소(CO<sub>2</sub>) 활용한 다양한 전문적 방제법 활용 가능

## ✔ 살충제 등을 이용한 화학적 방제

- 살충제는 훈증법과 잔류분무법의 두 가지 방법을 사용할 수 있음
- 대상 장소가 주로 침실이므로 실제적인 면에서 잔류분무법이 가장 효과적이며, 전문가와 상담 후 방제 또는 방역전문기관에 의뢰 후 화학적 방제 실시
- 빈대 서식처 확인 후 약제 저항성<sup>15)</sup> 고려하여 환경부에 승인된 방역소독용 약품 처리
  - ※ (방역소독약품 확인) 환경부 생활환경안전정보시스템 초록누리(<https://ecolife.me.go.kr>)

15) Cho S, Kim HC, Chong ST, Klein TA, Kwon DH, Lee SH, Kim JH. Monitoring of Pyrethroid Resistance Allele Frequency in the Common Bed Bug (*Cimex lectularius*) in the Republic of Korea. Korean J Parasitol. 2020 Feb;58(1):99-102.

- 피레트린 및 피레스로이드: 빈대 및 기타 실내 해충을 방제하는 데 사용되는 가장 일반적인 화합물
- 네오니코티노이드: 니코틴의 합성 형태이며 신경이 기능을 상실할 때까지 지속적으로 발화시켜 신경계의 니코틴 수용체에 작용
- 곤충 성장 조절제: 곤충의 유약 호르몬을 모방하는 화학 물질

- ※ 사용법에 따라 필요한 경우 **보호 장갑, 안전 고글, 페이스 마스크 및 기타 개인 보호 장비**를 사용
- ※ 침실 내의 벽 틈, 문과 창문 틈, 가구 틈, 침대, 매트리스 등에 집중적 처리
- ※ 콘센트 안에 약제를 처리하거나, 스팀 등으로 방제하고자 할 때는 누전, 화재 등이 발생할 수 있으므로 주의 필요

## ✔ 예방

- 빈대가 있을 것으로 생각되는 물품을 함부로 가정으로 가져오지 말아야 함
- 해외에서 직배송된 상품과 포장 박스를 통한 유입이 가능하여 가능한 한 빨리 외부로 배출
- 해외 여행자의 옷과 그 밖의 여행용품에 빈대와 빈대가 남긴 흔적 등이 있는가를 주의 깊게 확인
- 수입용 중고가구나 침구 등에도 빈대가 남긴 흔적 면밀히 살핌
- 집안의 어수선한 공간을 줄여 빈대가 숨을 수 있는 장소를 줄이기
- 주거환경을 잘 살펴서 갈라진 틈이나 손상된 부분을 수리하여 빈대 은신처 제거

## □ 문의처

- 빈대 관련 문의는 자치구보건소 또는 다산120으로 연락주시기 바랍니다.

자치구명	연락처	자치구명	연락처
종로구	2148-3760	마포구	3153-9033
중구	3396-5262	양천구	2620-4920
용산구	2199-4482	강서구	2600-5930
성동구	2286-7040	구로구	860-3266,2419
광진구	450-2811	금천구	2627-2718
동대문구	2127-5409	영등포구	2670-4904
중랑구	2094-0747	동작구	820-1076
성북구	2241-6023	관악구	879-7132
강북구	901-7643	서초구	2155-8091
도봉구	2091-4431	강남구	3423-7298
노원구	2116-4361	송파구	2147-4819,3481
은평구	351-8814	강동구	3425-6712
서대문구	330-1886		

✔ 빈대 발생 시 한국방역협회를 통해 전문방역업체를 안내받으실 수 있습니다.

- 한국방역협회: <https://ikpca.co.kr>, 02-467-7630

## 1. 빈대는 무엇입니까?

- 빈대(*Cimex lectularius*)는 사람과 동물이 자는 동안 피만을 빨아먹는 작고 납작한 기생 곤충입니다. 적갈색이고 날개가 없으며 피를 먹지 않고도 몇 달을 살 수 있습니다.

## 2. 빈대는 어디에서 발견됩니까?

- 북미와 남미, 아프리카, 아시아 및 유럽에 이르기까지 전 세계에서 발견됩니다.
- 전통적으로 개발도상국에서 문제로 여겨져 왔지만, 최근에는 미국, 캐나다, 영국 및 기타 유럽 일부 지역에서 급속히 확산되고 있습니다.
- 빈대는 5성급 호텔과 리조트에서도 발견되며, 발견된 생활 환경의 청결도에 따라 결정되는 것은 아닙니다.
- 빈대는 일반적으로 사람들이 자는 곳 주변이나 근처에서 서식할 수 있습니다.
  - ① 아파트, 대피소, 하숙집, 호텔, 유람선, 버스, 기차 및 기숙사 등
  - ② 낮에는 매트리스 이음매, 박스 스프링, 침대 프레임, 머리판, 옷장 테이블, 균열이나 틈새 내부, 벽지 뒤 또는 침대 주변의 기타 잡동사니나 물체와 같은 장소에 숨어 있습니다.
- 하룻밤에 약 30미터 이상 이동할 수 있지만 침대에서 2.4미터 이내에 서식하는 경향이 있습니다.

## 3. 빈대가 질병을 퍼뜨립니까?

- 질병을 퍼뜨리는 것으로 알려져 있지 않습니다.
- 가려움증과 피부발진, 수면 부족을 유발할 수 있기 때문에 성가신 일이 될 수 있습니다.
  - ※ 가려움증으로 인해 과도한 긁힘이 발생하여 2차 피부 감염 가능성이 높아질 수도 있습니다.



#### 4. 빈대는 어떤 건강상의 위험을 초래합니까?

- 빈대 물림은 사람마다 다르게 영향을 미칩니다. 물린 반응은 신체적 징후가 없는 것부터 작은 물린 자국, 심각한 알레르기 반응까지 다양합니다.
- 빈대는 위험하다고 간주되지 않으나 여러 번 물렸을 때 알레르기 반응을 유발할 수 있습니다.

#### 5. 빈대 침입의 징후와 증상은 무엇입니까?

- 빈대 침입을 식별하는 가장 쉬운 방법 중 하나는 **자고 있는 동안 얼굴, 목, 팔, 손 또는 기타 신체 부위에 물린 자국**을 확인하는 것입니다.
- 어떤 사람에게는 이러한 물린 자국이 나타나는 데 **최대 14일이 걸릴 수** 있으므로 빈대가 해당 지역에 감염되었는지 판단할 때 다른 단서를 찾는 것이 중요합니다.
- 이러한 빈대 침입 징후는 다음과 같습니다.
  - ① 탈피 흔적 또는 연한 노란색 껍질
  - ② 매트리스 이음매 등에서 확인되는 살아있는 빈대
  - ③ 침대 시트나 매트리스의 붉은 얼룩, 어두운 반점 등 배설 흔적

#### 6. 빈대에 물렸는지 어떻게 알 수 있나요?

- 침입징후를 발견하지 않는 한 빈대에 물렸는지 여부를 알기는 어렵습니다.
- 빈대가 물면 마취제와 항응고제를 혈관 내 삽입하여 자신이 물렸다는 사실을 깨닫지 못하게 합니다.
- 대부분의 사람들은 처음 물린 후 하루에서 며칠 사이에 물린 자국이 나타날 때까지 자신이 물렸다는 사실을 깨닫지 못합니다.
- 물린 자국은 모기나 벼룩의 물린 자국과 달리 여러 개의 자국을 남깁니다.
- 약간 부어오르고 붉은 부위가 가렵고 자극적일 수 있습니다.
- 물린 자국은 무작위로 나타날 수도 있고 직선으로 나타날 수도 있습니다.
- 빈대 물림의 다른 증상으로는 **불면증, 불안, 물린 곳을 심하게 긁어서 발생하는 피부 문제** 등이 있습니다.

- 빈대 물림은 사람마다 다르게 영향을 미치기 때문에 일부 사람들은 반응이 없을 수도 있고 물린 자국이나 물린 흔적이 전혀 나타나지 않을 수도 있습니다. 다른 사람들은 빈대에 알레르기가 있을 수 있으며 물렸을 때 부정적인 반응을 보일 수도 있습니다. 이러한 알레르기 증상에는 물린 자국 확대, 물린 부위의 통증성 부기, 드물게 아나필락시스 등이 포함될 수 있습니다.

## 7. 빈대는 어떻게 생기나요?

- 빈대는 숨는 데 전문가입니다.
- 매우 날씬하고 편평한 몸체로 작은 틈·공간에도 들어갈 수 있고 피를 먹지 않고도 6~12개월간 생존할 수 있습니다.
- 일반적으로 사람들이 여행할 때 개인용 수하물을 매개로 이곳저곳으로 옮겨집니다.
  - ※ 수하물, 여행용 가방, 접힌 옷, 침구, 가구 등 숨을 수 있는 곳의 이음새와 접힌 부분을 통해 이동함
- 대부분의 사람들은 빈대가 매개물을 통한 수동적 확산 방법으로 장소를 이동하면서 지역을 감염시키고 있다는 사실을 인식하지 못합니다.

## 8. 빈대에 걸릴 위험이 있는 사람은 누구입니까?

- 감염된 지역을 방문하는 모든 사람이 빈대에 감염될 위험이 있습니다.

## 9. 빈대는 어떻게 치료하고 예방하나요?

- 빈대 물림은 의학적 응급상황을 일으키지 않습니다.
- 물린 부위를 치료하는 가장 좋은 방법은 해당 부위를 긁지 말고 소독 크림이나 로션을 바르고 항히스타민제를 처방받는 것입니다.
- 빈대 침입은 일반적으로 전문적인 살충제 처리로 해결할 수 있습니다.
- 빈대에 감염된 것으로 의심되면 집주인이나 빈대 퇴치 경험이 있는 전문 해충 방제 회사에 문의하세요.
- 빈대를 예방하는 가장 좋은 방법은 침입 징후가 있는지 정기적으로 확인하는 것입니다.

# 붙임 1

## 빈대(Bed bugs) 관련 홍보·예방자료

### □ 예방 행동수칙 (안)

구분		수칙내용
1	예방	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 빈대에 오염되었을 것으로 여겨지는 물품(중고가구, 낡은 책, 옷, 여행용 가방 등)을 함부로 집안으로 이동하지 않기</li> <li>• 해외 여행자의 옷, 여행용품에 빈대 또는 빈대의 흔적 등 주의 깊게 확인</li> <li>• 갈라진 틈, 벽지 등의 집안의 손상된 부분을 수리하여 빈대 서식처 최소화 하기</li> </ul>
2	청소	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 진공청소기(헤파필터)를 이용하여 수시로 침대 매트리스와 실내공간 청소 ※ 진공청소기 내용물은 비닐 봉투에 밀봉하여 즉시 폐기</li> <li>• 옷과 침구류는 고온 세탁 및 건조 후 필요 시 다림질하여 비닐 봉투 등에 밀폐하여 보관</li> <li>• 빈대에 감염된 옷이나 침구는 비닐 봉투에 담아 밀봉하여 폐기</li> <li>• 여행용 가방은 대형 비닐 봉투에 넣고 가정용 에어로졸 살충제를 가방 내·외부에 수차 분사한 후 밀폐 보관(2~3일)</li> <li>• 빈대를 발견한 경우, 테이프 등 끈끈한 물질로 신속하게 포획하거나 휴지 등을 이용하여 눌러 죽임</li> </ul>
3	방제	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 살충제는 잔류분무법으로 분무하는 것이 효과적(훈증을 통한 방제는 전문가를 통해 수행)</li> <li>• 집안의 침실 내 벽 틈, 문과 창문 틈, 가구 틈, 침대 등 집중 분부</li> <li>• 빈대 알들은 살충제 처리 후에도 생존 가능한 경우가 있으므로, 계절에 따라 여름에는 약 1주일, 겨울에는 약 한 달 이내 2차 처리 권장</li> <li>• 영아의 침대에는 살충제를 분무하지 않는 것이 좋음</li> </ul>
주의사항		<ul style="list-style-type: none"> <li>• 화학적 방제 시 환경부 승인 제품을 사용하고 사용법을 준수 및 개인보호구 활용</li> <li>• 방역협회의 전문가와 상담 또는 논의 필요</li> </ul>

□ 사전 점검표

순번	점검내용	응답
1	최근 해외여행을 다녀왔습니까?	<input type="checkbox"/> 예, <input type="checkbox"/> 아니오
2	이용장소에 외국인 등 여행객이 이용한 적이 있습니까?	<input type="checkbox"/> 예, <input type="checkbox"/> 아니오
3	빈대 물림 관련 의심증상이 있습니까?	<input type="checkbox"/> 예, <input type="checkbox"/> 아니오
4	빈대를 직접 확인했습니까?	<input type="checkbox"/> 예, <input type="checkbox"/> 아니오
5	탈피 흔적 또는 연한 노란색 껍질 등을 확인했습니까?	<input type="checkbox"/> 예, <input type="checkbox"/> 아니오
6	침대 시트나 매트리스에 붉은 얼룩, 어두운 반점 등의 배설 흔적을 확인했습니까?	<input type="checkbox"/> 예, <input type="checkbox"/> 아니오



빈대피해 5단계

- 1단계 : 한 곳에서만 확인됨; 침대 스프링, 침대 프레임, 매트리스 시접부위, 침대 헤드, 소파 등
- 2단계 : 두 곳에서 확인됨, (예) 침대와 침대 헤드, 근처 테이블이나 서랍장 뒷면
- 3단계 : 걸레받이 틈과 카펫 아래
- 4단계 : 벽의 갈라진 틈, 콘센트 내부
- 5단계 : 방의 벽과 천장(커튼 레일 사이)

☐ 여행자를 위한 팁

✔ 호텔 이용 시

- 침대 시트를 뒤로 당기고 매트리스 솔기, 특히 모서리 부분에 눈에 띄는 얼룩이나 반점이 있는지 꼭!! 검사하세요. 의심스러운 것을 발견하면 즉시 객실 관리자에게 알리고 객실/시설을 변경하세요.

✔ 개인 수하물(여행가방)을 풀기 전에

- 침대 머리판 뒤, 소파/의자 등 방 전체를 철저히 검사하세요. 빈대 또는 빈대 흔적이 발견되면 즉시 방/시설을 변경하세요.

✔ 객실을 바꿔야 하는 경우

- 객실 변경 시 빈대 오염이 의심되는 객실의 앞·좌·우 또는 위·아래층 방은 제외하고 이동하세요
- 빈대는 관리용 카트, 수하물, 심지어 벽면 콘센트를 통해서도 쉽게 이동할 수 있습니다. 빈대 오염이 확산되는 경우 일반적으로 발생지에서 가장 가까운 방으로 확산됩니다.

✔ 여행 개인 소지품은 비닐백을 활용하여 정리

- 여행용 가방 내 개인 소지품은 비닐백을 이용하여 정리하여 여행 출발 전에 빈대가 자리를 잡을 수 없도록 하는 것이 좋습니다.

✔ 꼭!!! 기억하세요: 빈대는 교통수단을 이용하여 이동합니다.

- 귀국 후 집에 들어가기 전에 여행 가방을 꼼꼼하게 점검하고, 진공청소기로 청소하고 에어로졸 살충제를 도포하고, 비닐백으로 밀봉 후 보관하세요. 혹시 있을 수 있는 빈대나 알을 죽일 수 있습니다.

✔ 여행용 소지품은 관리 후 밀봉 보관

- 입지 않은 옷이라도 모든 옷을 뜨거운 물에 세탁 후 건조하고 밀봉하여 보관함으로써 서랍장/옷장에 빈대가 들어가지 않도록 합니다.

## □ 숙박업소 관리자를 위한 팁

### ✔ 가장 좋은 예방법은 매일 점검입니다.

- 관리자는 다음을 검사하여 매일 빈대 활동이 있는지 객실을 검사해야 합니다.  
(사전 준비물 활용)

- ① 이동용 카트
- ② 객실 리넨(공용 직물류 - 침대시트, 이불, 담요, 베개, 방석, 수건, 욕실 가운 등)
- ③ 매트리스 및 박스 스프링 솔기
- ④ 침대 머리판
- ⑤ 침구

### ✔ 꼼꼼하게 객실 내 빈대 징후 확인 및 예방 활동

- 관리자는 살아있는 빈대뿐만 아니라 가구나 빈대가 숨어 있는 장소에 있는 마른 피나 배설물의 얼룩과 빈대의 탈피 껍질도 찾아야 합니다.

### ✔ 꼼꼼한 청소와 용품 관리 필수!!!

- 특히, 외국인 여행객이 이용한 객실은 반드시 점검토록 하며 청소세심한 주의를 더욱더 기울여야 합니다.
- 객실과 액세서리를 매일 진공청소기 또는 스팀청소기로 청소해야 합니다. 가구 및 침구 틀 등 모든 표면은 비누와 물로 닦아 냅니다.
- 창고 등에 보관되어 있는 용품(가구 및 벽걸이, 침구 등)도 꼼꼼하게 검사합니다.
- 험거운 벽지와 걸레받이, 벽 등의 균열 및 틈을 지속적으로 검사하고 수리하여 빈대의 서식처를 제거하세요

### ✔ 빈대 징후 및 빈대가 확인되면

- 빈대를 박멸하기 위해 꼭!! 방역전문기관의 빈대퇴치 전문가와 상담하시고, 방역전문기관을 통해 방제하는 것을 권고합니다.

## □ 찜질방 관리자를 위한 팁

### ✔ 여행용 가방은 실내로 들이지 않고 별도 보관

- 여행용 가방을 시설 내 들이지 않고 실외(주차장, 창고 등)에 별도의 보관공간을 마련하여 빈대가 실내로 유입되지 않도록 합니다.

### ✔ 꼼꼼하게 내부 시설 빈대 징후 확인 및 예방 활동

- 관리자는 살아있는 빈대뿐만 아니라 가구나 빈대가 숨어 있는 장소에 있는 마른 피나 배설물의 얼룩과 빈대의 탈피 껍질도 찾아야 합니다.

### ✔ 꼼꼼한 청소와 용품 관리 필수!!!

- 외국인 여행객이 다녀간 후 시설 청소세심한 주의를 더욱더 기울여야 합니다.
- 찜질방 내부의 모든 구석구석을 주기적으로 청소하고 시설과 공용물품은 매일 진공청소기 또는 스팀청소기로 청소해야 합니다.
- 취침실, 휴게실, 탈의장, 주요 머무는 장소 등에서 세심한 검사 및 주의 깊은 관찰이 필요합니다. 고온(사우나 실) 방은 해당되지 않습니다.
- 손님들이 사용한 수건 등은 고온 세탁하여 청결하게 관리합니다.
- 헐거운 벽지와 걸레받이, 벽 등의 균열 및 틈을 지속적으로 검사하고 수리하여 빈대의 서식처를 제거하세요

### ✔ 빈대 징후 및 빈대가 확인되면

- 빈대를 박멸하기 위해 꼭!! 방역전문기관의 빈대퇴치 전문가와 상담하시고, 방역전문기관을 통해 방제하는 것을 권고합니다.

2023년도 서울시  
**빈대 예방 및 관리**  
**안내서**