

폭염 속 여름휴가, 안전하게 다녀오세요!

- 바닷가 해파리 쏘임사고 및 온열질환과 식중독에 각별히 주의 당부

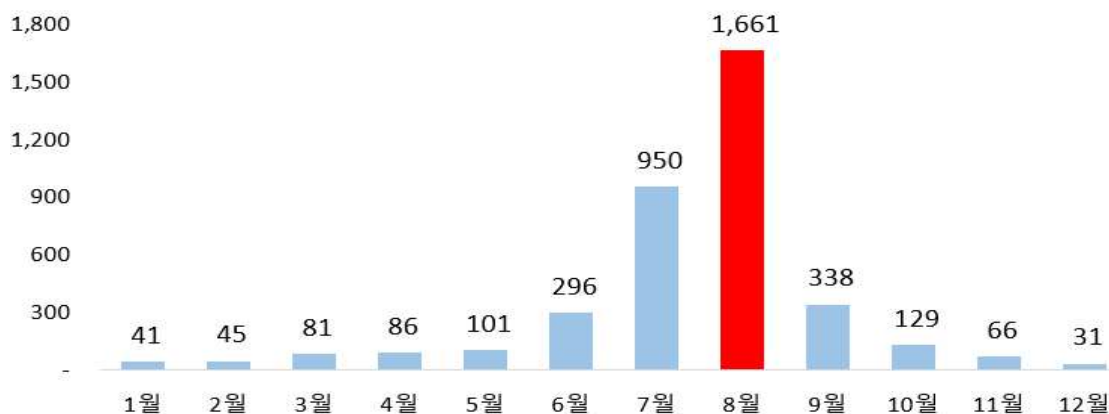
행정안전부(장관 윤호중)는 여름 휴가철에 빈번히 발생하는 바닷가 해파리 쏘임 사고와 폭염으로 인한 온열질환, 식중독 예방을 위해 피서객들에게 각별한 주의를 당부했다.

안전하게 여름휴가를 즐기기 위해 준수해야 할 주요 위험요인별 주의사항은 다음과 같다.

>> 해파리 쏘임 사고 예방

최근 5년('21~'25년)간 해파리 등 바다동물 접촉으로 치료받은 환자는 총 3,825명이며, 이 중 43.4%(1,661명)가 8월에 집중 발생했다.

<최근 5년('21.1월~'25.11월)간 기타 바다동물과의 접촉의 독성효과로 인한 환자수>



※ 기타 독성 바다동물: 해파리, 말미잘, 불가사리 등(한국표준질병사인분류, T63.6)

[출처: 보건의료빅데이터개방시스템, 보건복지부]

국립수산과학원의 해파리 모니터링 결과, 독성이 있는 노무라입깃해파리와 보름달물해파리의 출현율이 지속적으로 높아지고 있어 피서지 물놀이 시 해파리에 쏘이지 않도록 각별한 주의가 필요하다.

구 분	노무라입깃해파리				보름달물해파리			
		7월9일	7월16일	7월23일		7월9일	7월16일	7월23일
출현율*(%)		11.9	18.2	23.8		32.3	28.4	29.5
출현해역	전남(영광, 신안), 부산(영도, 해운대, 기장, 북구), 울산(북구) 경북(포항), 제주(제주, 서귀포)				전남(해남, 완도, 강진, 장흥, 보성, 고흥), 경남(고성, 통영, 거제), 부산(해운대),			

* 출현율: 어업모니터링요원 중 해파리를 관찰한 사람수를 백분율화한 수치

[출처: 해파리 모니터링 주간보고('26.7.23. 국립수산물과학원)]

바다에 들어갈 때는 전신수영복이나 긴소매 옷을 입어 피부 노출을 최소화해야 해파리 쏘임을 막을 수 있다. 만약 피부가 따끔거리는 등 해파리 쏘임 증상이 나타나면 즉시 물 밖으로 나와 안전요원이나 119의 도움을 요청해야 한다.

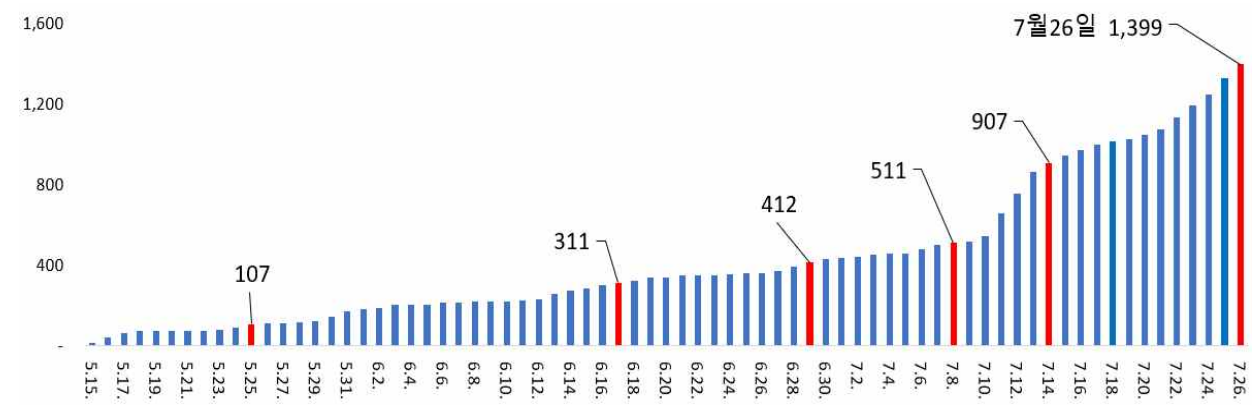
특히 해파리에 쏘였을 때는 손으로 문지르거나 만지지 않도록 주의해야 하며, 피부에 해파리가 붙어있다면 맨손으로 떼어내려 하지 말고, 주변의 도구나 장갑 등을 이용해 안전하게 제거해야 한다.

>> 온열질환 예방

올해(5.15~7.26.) 발생한 온열질환자는 총 1,399명으로 실외 작업장 367명(26.2%), 논밭 223명(15.9%), 길가 173명(12.4%), 운동장(공원) 100명(7.1%) 등 주로 야외에서 많았다.

< 올해(5.15~7.26.) 온열질환자 발생현황(누적) >

(단위: 명)



[출처: 온열질환 감시체계, 질병관리청]

무더위가 심한 시간대에는 가급적 야외 활동을 자제하고, 외출 시에는 양산

이나 모자로 햇볕을 차단하며, 헐렁한 옷을 입는 것이 좋다. 갈증을 느끼지 않더라도 물을 자주 마시고, 어린이나 노약자를 폭염 속 차 안에 혼자 두지 않도록 각별히 유의해야 한다.

>> 식중독 피해 예방

지난해 발생한 식중독 환자 9,612명 중 15.1%(1,454명)가 8월에 발생해 연중 가장 높은 비중을 차지했다.

<2025년 월별 식중독 환자수 현황>

구 분	1월	2월	3월	4월	5월	6월	7월	8월	9월	10월	11월	12월
환자수(명)	506	466	492	549	1,294	976	1,104	1,454	1,430	589	183	569

[출처: 식품안전나라, 식약처]

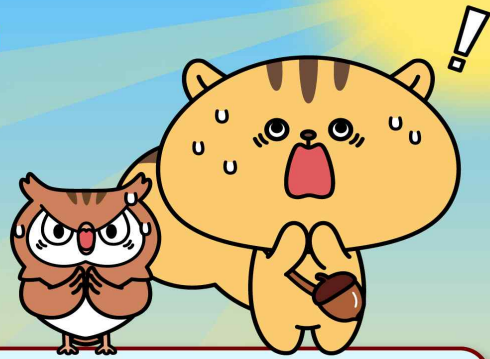
여름철에는 개인위생을 위해 손 씻기를 철저히 하고 음식은 가급적 익히거나 끓여 먹어야 한다. 음식물이나 식재료를 직사광선이나 차량 짐칸에 두면 쉽게 부패하므로 반드시 얼음상자(아이스박스)에 보관해야 한다.

음식을 먹은 후 구역질이나 구토, 복통, 설사, 발열, 두드러기 등의 증상이 나타나면 식중독일 수 있으니 즉시 병원 진료를 받아야 한다.

하종목 예방정책국장은 “일상을 떠난 휴가지일수록 안전을 최우선으로 실천하는 것이 무엇보다 중요하다”며, “무더운 날씨일수록 온열질환과 식중독에 노출되지 않도록 하고, 바닷가에서는 해파리 쏘임에 주의하는 등 때와 장소에 맞는 안전수칙을 준수하여 안전하고 즐거운 휴가를 보내시길 바란다”라고 강조했다.

담당부서	안전예방정책실 예방안전제도과	책임자	과 장 이치선 (044-205-4510)
		담당자	사무관 송정 호 (044-205-4505)

폭염 6대 행동요령



본격적인 무더위
• 폭염특보 33℃

무더위 기상상황 확인

더운 시간대 야외활동 자제

야외활동시 신체노출 최소화

*실내온도 26~28 유지

시원한 장소 휴식

충분한 수분섭취

가족 또는 이웃의 안전 살피기





나들이철 식중독 예방 실천 요령



① 아이스박스 보관·운반

- ✓ 소고기·닭고기 등 생고기는 이중 포장 또는 별도의 아이스박스에 차갑게 보관·운반
- ✓ 하나의 아이스박스에는 채소·과일은 위쪽, 고기류는 아래쪽에 보관·운반



② 위생적으로 조리

- ✓ 과일·채소 등 식재료는 흐르는 물로 깨끗이 세척 후 사용
- ✓ 충분히 익혀먹기(고기류 75℃·어패류 85℃, 1분 이상 가열)



③ 구분해서 사용

- ✓ 칼·도마 식재료별 구분·사용
- ✓ 구분사용이 어려운 경우 채소류→고기류→어류 순으로 사용하고 깨끗이 세척



④ 조리·식사 전 올바른 손 씻기

- ✓ 흐르는 물에 손 세정제를 사용하여 30초 이상 손 씻기



⑤ 조리식품 빠른 시간 내 섭취

- ✓ 조리 후 2시간 이내 섭취
- ✓ 남은 음식물 즉시 폐기



⑥ 배달 음식

- ✓ 먹을 만큼만 주문하여 즉시 섭취
- ✓ 배달 용기·포장 오염 또는 손상 확인



우리바다 출현 독성해파리 종류

노무라입깃해파리

우산은 연한 주황색, 촉수는 검붉은색



유령해파리

우산 아래 하얀색의 끈적이는 촉수가 덩어리져 있음



커튼원양해파리

우산에 진갈색의 세로 줄무늬, 촉수는 갈색



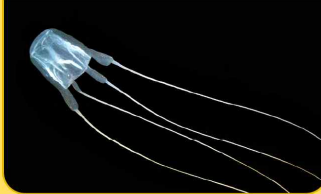
야광원양해파리

우산 중앙부는 분홍빛, 우산 표면은 울퉁불퉁



작은상자해파리

투명, 직사각형으로 촉수는 4개, 우산 테두리에 점 4개



작은부레관해파리

· 삼각형 공기주머니가 수면 위에 떠있고 아래 긴 촉수
· 해변가로 떠밀려온 비닐봉지처럼 보임



두빛보름달해파리

우산은 매우 두껍고 반투명, 안쪽은 아주 짙은 갈색



꽃모자해파리

우산에 화려한 색의 촉수가 있고, 우산 아래 촉수 끝은 코일형



관해파리

· 끈 모양의 형태로 붉은색을 띠며
· 자극을 받으면 굽어짐



해파리 접촉피해 응급대처법

약하게 쏘인 경우

- 1 쏘인 즉시 물 밖으로 나옴
- 2 쏘인 부위에 남아있는 촉수는 신속히 제거하고, 바닷물 또는 생리식염수를 이용해 충분히 세척
- 3 통증이 남아있을 때는 온찜질(45°C 내외)을 하여 통증을 완화
- 4 상처 부위 상태가 충분히 진정된 것을 확인

심각한 증상이 나타나는 경우

- 1 쏘인 즉시 물 밖으로 나옴
- 2 호흡 곤란·의식불명·전신 통증 등의 증상을 보일 경우 즉시 의료진의 도움을 요청(필요한 경우 심폐소생술 실시)
- 3 병원으로 이송하여 응급치료를 받도록 함

TIP

해파리 쏘임 방지를 위해 물에 들어갈 때는 긴소매 수영복 등 피부 노출을 최소화하시기 바랍니다.

해파리에 쏘인 상처는 반드시 바닷물이나 생리식염수로 씻어내야 합니다.

※ 수도물을 이용하면 해파리 독침 발사가 증가되어 피해가 커질 수 있으니 사용하지 마세요!



해양수산부
국립수산과학원

국립수산과학원 해파리대책반

Tel 051)720-2236(2223) Fax 051)720-2239
Email jellyfish@korea.kr