

음식 준비부터 식사까지 추석 명절 '가정 내 안전사고' 주의

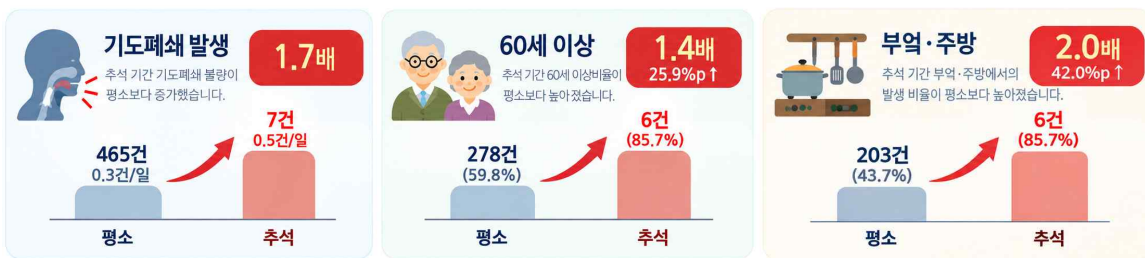
- 추석 명절 기도폐쇄 환자의 85.7%는 60세 이상...고령자 식사 시 주의
- 가정 내 화상, 추석 명절 하루 평균 발생 건수 평소의 약 2.2배
- 추석 가정 내 화상의 77.4%, 베임 등의 42.8%가 부엌·주방에서 발생

질병관리청(청장 임승관)은 응급실손상환자심층조사(2021~2025년) 자료를 분석한 결과를 바탕으로 추석 명절 기간 음식 준비와 식사 중 발생할 수 있는 화상·베임·기도폐쇄(음식물에 의한 목막힘) 등 가정 내 손상에 주의할 것을 당부하였다.

[1. 추석명절, 기도폐쇄 60세 이상에서 주로 발생, 대부분 음식이 원인]

집에서 발생한 기도폐쇄는 추석 명절 하루 평균 0.5건으로 평소 0.3건보다 1.7배 많았다. 발생의 85.7%가 60세 이상에서 발생하였고, 85.7%가 음식으로 인하여 발생하였다. 추석 기간 기도폐쇄로 응급실에 내원한 사례 중 57.1%가 입원으로 이어졌다(붙임 1 참고).

[그림 1] 평소 대비 추석 명절 기도폐쇄 손상 특성



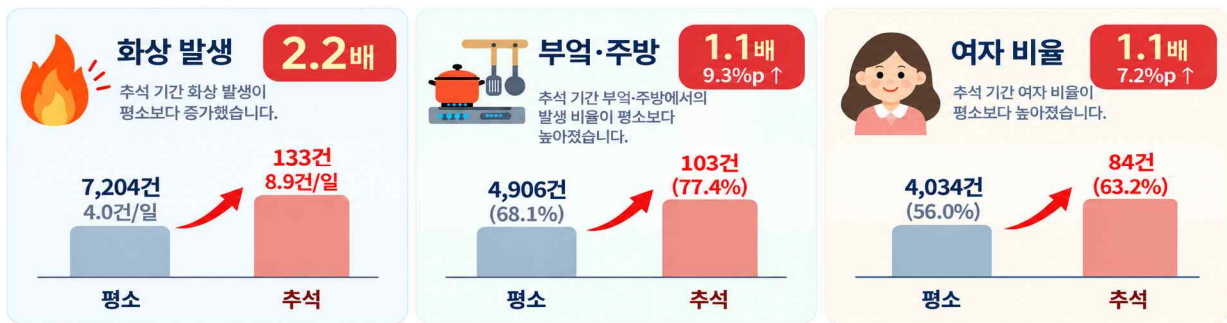
<추석 명절 기간 기도폐쇄 주요 사례>

- . 건조 과일이 입에 있는 줄 모르고 다른 음식을 먹이던 중...
- . 보철 치아가 갈라지며 목으로 넘어가 켉켉...
- . 좌측 편마비 있는 분으로 갈비탕을 먹다가...
- . 평소 연하곤란이 있는 환자로 떡 먹던 중...

[2. 가정 내 화상 평소보다 2.2배 증가, 주방에서 집중 발생]

화상은 추석 기간 하루 평균 8.9건으로, 평소 4.0건보다 2.2배(122.5%) 증가하였다. 집에서 발생한 화상 중 부엌·주방에서 발생한 비율은 평소 68.1%에서 77.4%로 높아졌고, 추석 화상 환자 중 여자는 63.2%로, 평소 56.0%보다 높은 비율을 차지하였다. 뜨거운 액체에 의한 화상이 64.7%로 가장 많고, 냄비와 같은 뜨거운 물체와의 접촉이 26.3%로 다음 순이었다(평소 18.5%, 붙임1 참고).

[그림 2] 평소 대비 추석 명절 화상 손상 특성



<추석 명절 기간 화상 주요 사례>

- . 압력밥솥 열다가 뜨거운 수증기와 내용물이 좌측 눈 주변, 뺨에...
- . 아이의 몸에 뜨거운 국 쏟아 ...
- . 전 부치던 중 기름이 왼쪽 발 위로 쏟아지며...
- . 식혜 끓이다가 통을 잘못 짚어...

[3. 추석명절 하루 평균 베임 2배 가까이 증가, 요리·청소 중 주로 증가]

베임은 추석 명절 기간 하루 평균 42.3건으로, 평소 22.8건보다 1.9배 많았다. 가정 내 부엌·주방에서 발생한 비율은 평소 35.7%에서 추석 42.8%로 높아졌다. 추석 기간 베임 등의 연령별 비율은 50~59세가 17.6%로 가장 높았으며, 50세 이상은 38.9%로 평소보다 13.7%p 높았다(붙임 1 참고).

[그림 3] 평소 대비 추석 명절 베임 손상 특성



<추석 명절 기간 베임 주요 사례>

- . 설거지통 안에 있는 칼에 베어...
- . 믹서기를 세척하던 중 오른쪽 세번째 손가락을 베었다고 하며 ...
- . 유리로 된 술병을 입대고 마시다가 깨지면서 윗입술을 베이고 눈이 아파...
- . 식칼을 우측 발등에 떨어트린 후 ...
- . 집에서 요리중 채칼에 손가락 베여...

가정 내 주요 손상별 예방수칙

기도폐쇄 예방하기

- 음식을 작게 잘라 천천히 섭취
- 떡·고기 등 질긴 음식은 특히 주의
- 영유아·고령자는 보호자 관찰하에 식사

화상 예방하기

- 압력밥솥·냄비 개봉 시 얼굴을 멀리
- 조리 중 미끄럼·넘어짐 주의
- 어린이는 조리 공간 접근 제한

베임 예방하기

- 설거지통 안에 있는 칼, 가위, 유리제품 주의
- 믹서기·분쇄기 세척 전 전원 차단 및 날 부위 직접 접촉 주의
- 유리병·유리용기 사용 시 파손 여부 확인, 깨진 유리는 맨손 수거 주의

질병관리청 임승관 청장은 “추석 명절에는 음식 준비와 섭취가 늘면서 화상, 베임·찢김, 음식물 목막힘 등 가정 내 손상 위험이 높아질 수 있다”며, “조리 시에는 뜨거운 음식과 날카로운 조리도구 사용에 주의하고, 특히 고령자와 어린이가 음식을 섭취할 때는 기도폐쇄 예방을 위해 가족들이 세심히 살펴 안전하고 건강한 명절을 보내시길 바란다”고 당부했다.

질병관리청은 추석 명절을 대비 주요 손상에 대한 국민안전 의식을 높이기 위해 ▲추석 명절 가정 내 안전사고 카드뉴스 및 리플릿, ▲일반인 심폐소생술 표준 교육 프로그램(하임리히법 포함)에 대한 동영상 제작하여 배포하였으며, 질병관리청 누리집에서 해당 자료를 내려받아 활용할 수 있다.

* 질병관리청 누리집 > 알림자료 > 홍보자료 > 카드뉴스·홍보지
질병관리청 누리집 > 알림자료 > 홍보자료 > 영상자료

- <붙임> 1. 응급실손상환자심층조사 2021년~2025년 추석 명절 기간 주요통계
 2. 음식 준비부터 식사까지: 추석 명절 가정내 안전사고 카드뉴스 및 리플릿
 3. 이물에 의한 기도폐쇄 시 응급처치 방법
 4. 응급실손상환자심층조사 개요

담당 부서	건강위해대응관 손상에 방정책과	책임자	과 장	안윤진	(043-219-2950)
		담당자	연구관	이정은	(043-719-7411)
		담당자	선임연구원	황보나	(043-719-7419)



□ 2021년~2025년 통상기간 · 추석 명절 집에서 발생한 손상 비율

(단위: 건, %)

연령 구간	통상 기간		추석 명절 기간	
	건수	하루 평균/분율	건수	하루 평균/분율
발생	340,437	187.9건	4,890	326.0건
추락낙상	136,964	40.2	1,691	34.6
둔상	60,210	17.7	935	19.1
관통상	48,593	14.3	819	16.7
기계손상	746	0.2	9	0.2
온도손상	7,251	2.1	133	2.7
호흡위험	2,338	0.7	24	0.5
화학물질 노출	33,047	9.7	335	6.9
신체 과다사용	13,456	4.0	207	4.2
날씨 자연재해 등	4	0.0	-	-
기타	37,212	10.9	731	14.9
미상	616	0.2	6	0.1
총합	340,437	100.0	4,890	100.0

*호흡위험 : 기도폐쇄 포함, 온도 손상: 고온에 의한 손상 포함

□ 2021년~2025년 통상기간 · 추석 명절 기간 기도폐쇄 발생 비율

(단위: 건, %)

연령 구간	통상 기간				추석 명절 기간				총합
	건수	분율	입원	사망	건수	분율	입원	사망	
0-9세	122	26.2	20	8	1	14.3	-	-	123
10-19세	14	3.0	6	3	-	-	-	-	14
20-29세	6	1.3	2	1	-	-	-	-	6
30-39세	5	1.1	-	1	-	-	-	-	5
40-49세	14	3.0	6	1	-	-	-	-	14
50-59세	26	5.6	11	6	-	-	-	-	26
60-69세	55	11.8	20	12	2	28.6	1	-	57
70-79세	76	16.3	34	33	3	42.9	2	1	79
80-89세	117	25.2	47	44	1	14.3	1	-	118
90세 이상	30	6.5	10	14	-	-	-	-	30
총합	465	100.0	156	123	7	100.0	4	1	472

□ 2021년~2025년 통상기간 · 추석 명절 기간 기도폐쇄 유발물질

(단위: 건, %)

연령 구간	통상 기간		추석 명절 기간	
	건수	분율	건수	분율
음식·음료	370	79.6	6	85.7
사람·동·식물	30	6.5	1	14.3
약품	23	4.9	-	0.0
유아·아동용 제품	6	1.3	-	0.0
불·화염·연기	5	1.1	-	0.0
미상의 물질·물체	4	0.9	-	0.0
비약물성 화학물질	3	0.6	-	0.0
그릇·용기	3	0.6	-	0.0
가구	2	0.4	-	0.0
개인용품	2	0.4	-	0.0
표면형태(구조)	1	0.2	-	0.0
기타 물체·물질	16	3.4	-	0.0
총합	465	100.0	7	100.0

□ 2021년~2025년 통상기간 · 추석 명절 기간 화상 성 · 연령 변화

(단위: 건, %)

연령 구간		통상 기간		추석 명절 기간	
		건수	분율	건수	분율
성별	남자	3,170	44.0	49	36.8
	여자	4,034	56.0	84	63.2
0-9세		1,908	26.5	31	23.3
10-19세		650	9.0	8	6.0
20-29세		1,062	14.7	16	12.0
30-39세		818	11.4	16	12.0
40-49세		810	11.2	20	15.0
50-59세		847	11.8	18	13.5
60-69세		616	8.6	14	10.5
70-79세		277	3.8	8	6.0
80-89세		186	2.6	2	1.5
90세 이상		30	0.4	-	-
총합		7,204	100.0	133	100.0

□ 2021년~2025년 통상기간 · 추석 명절 기간 화상 유발 세부 기전

(단위: 건, %)

연령 구간		통상 기간		추석 명절 기간	
		건수	분율	건수	분율
뜨거운 액체		4,605	63.9	86	64.7
뜨거운 증기		423	5.9	7	5.3
뜨거운 물체(고체)		1,333	18.5	35	26.3
불 이나 화염 노출		477	6.6	4	3.0
자연 열 노출		35	0.5	-	-
인공 열 노출		32	0.4	-	-
뜨거운 연기 흡입		270	3.7	1	0.8
기타		21	0.3	-	-
미상		8	0.1	-	-
총합		7,204	100.0	133	100.0

□ 2021년~2025년 통상기간 · 추석 명절 기간 베임 성 · 연령 변화

(단위: 건, %)

연령 구간		통상 기간		추석 명절 기간	
		건수	분율	건수	분율
성별	남자	19,186	46.4	301	47.4
	여자	22,173	53.6	334	52.6
0-9세		5,468	13.2	68	10.7
10-19세		4,169	10.1	32	5.0
20-29세		8,645	20.9	89	14.0
30-39세		7,001	16.9	108	17.0
40-49세		5,643	13.6	91	14.3
50-59세		4,936	11.9	112	17.6
60-69세		3,441	8.3	81	12.8
70-79세		1,397	3.4	42	6.6
80-89세		591	1.4	11	1.7
90세 이상		68	0.2	1	0.2
총합		41,359	100.0	635	100.0

2026.09.22. 질병관리청

음식 준비부터 식사까지: 추석 명절 가정내 안전사고

2021-2025년 응급실손상환자심층조사 기반

1/10

2026.09.22. 질병관리청

가장 안전해야 할 우리 집, 명절에는 응급실 직행 통로가 될 수 있습니다

전체 화상 사고의 77.4%,
배임 사고의 42.8%가 '주방'에서 발생

1 배임 찢김 사고
하루 평균 42.3건
(평소 대비 1.9배)

2 화상 사고
하루 평균 8.9건
(평소 대비 2.2배)

3 기도폐쇄
하루 평균 0.5건
(평소 대비 1.7배)

명절 하루의 타임라인을 따라 주방 곳곳에 숨겨진 위험 요소를 진단합니다.

2/10

2026.09.22. 질병관리청

[준비 및 정리 단계] 숨어있는 칼날, 배임 사고

50대 여성 찢음 발생
전체의 17.6% 차지,
평소 대비 50세 이상 발생률 증가

의외의 위험 요인
사고의 41.4%는
설거지 및 청소 중 발생

현장 리포트 01
미서기를 세척하던 중
날에 손가락 배임

현장 리포트 02
설거지통 안에 있는 칼가위
등을 손으로 집다가 배임

현장 리포트 03
요리 중
채칼에 손가락 배임

3/10

2026.09.22. 질병관리청

[조리단계] 방심하는 순간 달치는 열기, 화상사고

뜨거운 물체 (26.3%)
달려진 냄비, 프라이팬 표면

뜨거운 증기 등
압력밥솥 증기 등

뜨거운 액체 (54.7%)
국물, 기름, 식혜 등

현장 리포트 01
압력밥솥을 열다가
뜨거운 수증기와 내용물이
뺨에 튀어 화상

현장 리포트 02
전 부치던 중 기름이
발 위로 쏟아짐

현장 리포트 03
음식을 들고가다가
아이의 몸에
뜨거운 국물 었지름

화상 환자 중
여자 63.2%
(평소 56.0% 대비 증가)

4/10

2026.09.22. 질병관리청

[식사 단계] 소리 없는 치명적 위험, 기도폐쇄

EMERGENCY ALERT

발생의
85.7%가
60세 이상
고령자에서 발생

입원율 57.1%
단순 처치로 끝나지 않는
가장 치명적인 사고

현장 리포트 01
평소 연하곤란(삼킴장애)이
있는 환자가
떡을 먹던 중 목에 걸림

현장 리포트 02
보철 치아가 갈라지며
목으로 넘어가 호흡 곤란

현장 리포트 03
입에 다른 음식이 있는지
모르고 다른 음식을
먹이던 중 질식

5/10

2026.09.22. 질병관리청

사고 유형별 안전 가이드라인

배임 예방하기

- 믹서가 분쇄기 세척 전 반드시 전원 차단
- 설거지통 안에 있는 칼가위·유리제품 주의하기
- 술병이나 통조림 캔 개봉 시 날카로운 단면 주의

화상 예방하기

- 압력밥솥·냄비 개봉 시 얼굴을 멀리 유지
- 조리 중 기름이나 물에 의한 미끄럼·넘어짐 주의
- 어린이는 조리공간(화기주변) 접근 제한

기도폐쇄 예방하기

- 음식(특히 떡, 고기)은 작게 잘라 천천히 섭취
- 영유아 및 고령자는 반드시 보호자 관찰하에 식사

6/10

□ **성인 및 1세 이상 소아**

- 이물에 의한 기도폐쇄 시 등 두드리기 5회를 우선적으로 시행하고, 등 두드리기가 효과가 없다면 5회의 복부 밀어내기(하임리히법)를 시행

성인 및 1세 이상 소아의 기도 이물 제거법



□ **1세 미만의 영아**

- 내부 장기 손상에 대한 우려로 복부 압박이 권고되지 않는다. 따라서 영아의 기도이물 제거 시에는 5회의 등 두드리기와 5회의 가슴 밀어내기 방법을 이물이 나올 때까지 또는 의식이 없어질 때*까지 교대로 반복 시행해야 하며 가슴 밀어내기 방법 ‘한 손 손꿈치** 압박법’ 시행 권고

* 영아 기도이물 제거(5회 등 두드리기+5회 가슴 밀어내기 반복) 도중 의식이 없어진 경우에는 즉시 심폐소생술로 전환

** 손꿈치: 손바닥과 손목의 사이의 볼록한 부분

영아 가슴 밀어내기(한 손 손꿈치 압박법)



□ **추진목적**

- 손상예방관리정책 개발·평가를 위한 과학적 근거 분석 기반 제공

□ **운영방법 및 참여기관**

- '06년 응급실손상환자심층조사 도입(5개 병원 참여)

* '08년 8개 병원, '10년 20개 병원, '15년 23개 병원으로 확대

- 다양한 손상 발생 현황을 효율적으로 감시할 수 있도록 다기관이 참여하여 연중 상시로 손상내원환자 전수를 조사하는 체계로 운영

- 심층분석이 필요한 시급한 손상 과제를 고려하여 4개 심층분과*로 나누고 23개 참여병원이 분담하여 심층조사 실시

- * ① (운수사고) 경북대학교병원, 길의료재단길병원, 부산대학교병원, 분당서울대학교병원, 삼성서울병원, 연세대학교원주세브란스기독병원, 전남대학교병원, 전북대학교병원
- ② (자살·중독·추락·낙상) 강동성심병원, 아주대학교병원, 연세대학교세브란스병원, 울산대학교병원, 이화여자대학교의과대학부속목동병원, 조선대학교병원
- ③ (머리·척추손상) 경상국립대학교병원, 동국대학교일산불교병원, 서울대학교병원, 서울특별시보라매병원, 제주대학교병원
- ④ (소아·청소년**) 경기도의료원파주병원, 고려대학교안암병원, 한림대학교 동탄성심병원, 충북대학교병원

** 2024년부터 취학전 어린이에서 소아·청소년 분과로 분과명 변경

□ **조사내용 및 방법**

- (조사내용) 공통문항 61개, 심층문항 56개*

- (공통문항) 의도성, 손상원인, 손상유발물질, 손상부위, 최종결과 등
- (심층문항) 발생 시 상세사항, 중증도, 안전장치 활용 등

* (2026년 문항개정) 2025년 기준 공통문항 58개, 심층문항 44개

- (조사 방법) 의무기록자료 이용 및 면접