

과정명	
05차시	식사와 이동보조

## 1. 식사 능력 파악 및 제공

- 일반적으로 사람들은 스스로 음식의 종류를 결정하고, 적당한 크기로 자르며, 사회적으로 용납되는 태도로 식사를 하나, 이러한 기능이 저하되거나 스스로 하지 못할 때, 이러한 결정을 누군가가 대신해 주는 것을 식사 보조라 한다. 즉, 타인이 음식의 종류, 운반 방법을 결정해 주는 것이다.

- 식사 보조를 하기 위해서는 대상자들의 기능, 특성, 건강 유형 및 상태 등을 파악하고 이해할 수 있어야 한다. 즉, 대상자가 노인, 장애, 아동인지, 와상인지, 수전증이나 채머리 증세가 있는지에 따라 식사 보조하는 방법의 차이가 있을 수 있다.

(※ 채머리: 풍두선이라고도 하는 머리가 의지와 상관없이 떨리는 현상)

- 이를 이해하기 위해서는 먼저 장애 유형, 노화 및 치매, 중풍 등 혼자서 식사하기 어려운 대상자들의 유형별 특성 및 체크리스트의 기록에 대한 선지식이 필요하다. 식사는 영양 보급뿐만 아니라 생명 및 건강 유지를 위하여 필요한 것은 물론, 질병의 회복을 위해서도 매우 중요하다. 또한, 식욕은 심리적인 영향을 받기 쉬우므로 이용자가 안정된 상태에서 즐겁게 식사를 할 수 있도록 배려한다. 이용자의 식사량이 적다고 무리하게 권하면 식사시간이 즐겁지 않을 수 있다. 1회 섭취량에 너무 신경 쓰지 말고, 하루 전체 섭취량과 복용 상태, 운동량 등을 고려하여 대상자를 위한 편안하고 안정적인 식사 환경을 조성할 수 있도록 한다. 이 때 주의해야 할 것은 대상자의 신체 상태 및 잔존 능력 유지에 중점을 두고 이와 동시에 대상자의 삶의 질 향상을 위한 전략 수립이 요구된다.

### ① 식사 보조의 일반 사항

#### 1. 식사의 목적

사람은 건강하게 생활하기를 원한다. 건강을 보호하기 위해서는 음식을 균형 있게 섭취 할 필요가 있다. 음식을 먹기 쉽고 맛있게 조리하여 식탁에 올리고 가족과 둘러 앉아 즐겁게 먹으면 위액 분비를 촉진하고 식욕을 증진시켜 생기 있는 생활의 원동력이 된다.

##### (1) 신체적인 면

(가) 생명을 유지하는데 기본이 된다.

(나) 건강의 기초가 된다.

(다) 생활 활동의 기초가 된다.

(2) 정신적인 면

(가) 일상생활 중에서 즐거움의 하나가 된다.

(나) 심신이 편안하고 안정된 생활이 된다.

(3) 사회적인 면

(가) 사람과의 의사소통의 장이 된다.

(나) 정서적으로 안정되어 생활의 원동력이 된다.

## 2. 식사 보조 원칙

(1) 가능한 스스로 식사할 수 있도록 돕는다.

오른손 마비로 식사에 불편을 겪는 대상자라도 지나치게 돕지 말고 혼자 힘으로 식사할 수 있도록 하는 것이 중요하다.

(2) 식사 시에는 대상자와 가까이 위치하여 인내를 가지고 지지하며 격려의 말을 아끼지 않는다.

(예: “지난번 보다 잘 드시네요.”, “오늘은 참 잘 드시네요.”)

(3) 대상자의 식사 습관, 버릇, 장애 상황 등을 고려해서 수발한다.

(예: 시력이 좋지 않은 경우 반찬의 위치를 시계 방향으로 설명해 준다)

(4) 가급적 식사는 규칙적으로 정해진 시간에 하도록 한다.

(5) 편안하고 안정적인 자세, 특히, 삼키기 쉬운 자세에서 식사하게 한다.

와상 노인의 경우 상반신을 높게 하고 방석, 쿠션 등을 이용하여 등에 대어 안정시킨다.

(6) 식사 도중에는 질문하는 듯한 대화는 피한다.

(7) 식사 시간은 충분히 주고 재촉하지 않도록 한다.

(8) 식후에는 식사 시간, 식사량 및 만족도를 파악하여 다음 수발 시 참고한다.

## 3. 식사 유형 및 식사 능력 사정

대상자의 특성 및 저작 기능, 연하 기능에 따라 일반식, 다진식, 유동식, 튜브 영양식 등을 구분하여 제공한다. 모든 이용자가 충분한 시간을 가지고 편안한 식사를 할 수 있도록 하고 대상자들의 식사 능력은 일상생활수행능력(ADL), 수정바델지수(K-MBI)를 활용하여 평가한다.

(1) 일상생활수행능력(ADL, activities of daiy living)

일상생활활동(ADL) 평가 도구는 목욕하기, 옷 갈아입기, 식사하기, 앉기, 걷기, 화장실 이용하기 등 기본적인 일상 활동을 독립적으로 할 수 있는지를 측정하는 지표로 인간의 삶에서 자기 관리를 스스로 유지하며 독립적인 생활을 하기 위해 매일 반복되는 기본적인 신체적 동작군이다. 일상생활수행능력(ADL)은 6개 항목에 대해서 0점부터 5점까지 배점하여 0점은 완전 독립 수행으로 대부분 도움 없이 스스로 수행 가능함을 말하고 30점은 완전 도움 의존으로 전적으로 타인의 도움을 받아야 하는 경우를 말한다.

문 항	구분	점 수	내용
1	대소변	0 1 2 4 5	-화장실을 완벽하게 사용할 수 있으며, 실금 현상이 전혀 없다. -대소변을 볼 때 도움이 필요하며 가끔은 실금 현상이 있다. -1주일에 1회 이상 수면 중 대소변을 지리기도 한다. -1주일에 1회 이상 낮 시간에 대소변을 지리기도 한다. -대소변을 전혀 조절하지 못한다.
2	식사	0 1 2 4 5	-도움 없이 혼자서 먹을 수 있다. -식사중이나 특별한 음식을 먹을 때 약간의 도움이 필요하거나 식후 위생을 누군가 도와주어야 한다. -다른 사람의 중등고의 도움을 받아 식사하며 지저분하게 식사한다. -모든 식사를 다른 사람이 많이 도와주어야 한다. -스스로는 식사하지 못해 다른 사람이 먹여주어야 한다.
3	복장	0 1 2 4 5	-스스로 입고 벗을 수 있으며 자신의 옷장에서 옷을 고를 수 있다. -옷이 미리 골라져 있다면 입고 벗을 수 있다. -미리 준비된 옷이라도 다른 사람이 약간 도와주어야 입을 수 있다. -옷을 입을 때 많이 도와주어야 하는데, 협조할 수 있다. -전혀 스스로는 옷을 입을 수 없으며, 다른 사람이 입혀줄 때도 있다.
4	개인 위생 (머리빗기, 양 치 질, 면도, 손 발톱 관 리, 세	0 1 2 4 5	-다른 사람의 도움 없이도 항상 단정하게 옷 입고 몸치장을 할 수 있다. -적절한 몸치장을 스스로 할 수 있으나 면도와 같은 것들은 도움을 필요로 한다. -몸치장에 다른 사람들의 도움과 규칙적인 감독을 필요로 한다. -다른 사람들이 전적으로 몸치장을 도와주어야 하는데 일단 몸치장을 한 다음에는 깨끗하게 유지할 수 있다. -몸치장을 하고 유지하는데 다른 사람들이 적극적으로 도와주어야 한다.
5	보행 (계단, 이 동	0 1 2 4 5	-외출하여 스스로 걸어 다닐 수 있다. -실내와 실외에서 걸어 다닐 수 있다. -다른 사람의 도움을 받거나 보행기, 휠체어 등을 이용하여 움직일 수 있다. -의자나 휠체어에 앉아 있을 수는 있는데 다른 사람의 도움 없이는 움직일 수 없다. -하루의 반 이상을 침대에 누운 상태로 지낸다.
6	목욕하기	0 1 2 4 5	-스스로 도움 없이 목욕할 수 있다. -탕에 들어가고 나오는 것을 도와주면 혼자 목욕할 수 있다. -얼굴과 손은 쉽게 씻지만 몸의 나머지 부분은 씻지 않는다. -스스로 씻지는 못하나 다른 사람들이 목욕시킬 때 협조는 할 수 있다. -스스로 씻으려는 노력을 전혀 하지 않으며 다른 사람들이 씻어 주려해도 저항한다.
총 점	총점 6개 항목에 대해 0점부터 5점까지 배점 총점: 0점(완전 독립 수행) ~ 30점(완전 도움 의존)		

(2) 수정바델지수(MBI)

수정바델지수 또는 MBI 지수라고 하는 이 지수는 만성질환자의 일상생활 자립도를 알아보기 위하여 개발된 도구로 대상자의 일상생활과 관련된 장애의 정도를 점수로 평가하고, 그 점수를 바탕으로 국가의 뇌병변 장애 급수가 정해진다. 이 장에서는 장애인의 기능(능력)을 평가하기 위한 지표로 사용되어 진다.

수행정도 평가항목	전혀 할 수 없음	많은 도움이 필요	중간 정도 도움이 필요	경미한 도움이 필요	완전히 독립적으로 수행
개인 위생 1)	0	1	3	4	5
목욕(bathing self)	0	1	3	4	5
식사(feding)	0	2	5	8	10
용변(toilet)	0	2	5	8	10
계단 오르내리기(stair climb)	0	2	5	8	10
착.탈의(dressing) 2)	0	2	5	8	10
대변 조절(bowl control)	0	2	5	8	10
소변 조절(blader control)	0	2	5	8	10
이동(chair/bed transfer) 3)	0	3	8	12	15
보행(ambulation)	0	3	8	12	15
휠체어 이동 (whelchair) 4)	0	1	3	4	5

1) 개인 위생: 세면, 머리빗기, 양치질, 면도 등

2) 착 . 탈의: 단추 잠그고 풀기, 벨트 착용, 구두끈 매고 푸는 동작 포함

3) 이동: 침대에서 의자로, 의자에서 침대로 이동, 침대에서 앉는 동작 포함

4) 휠체어 이동: 보행이 전혀 불가능한 경우에 평가

출처: 보건복지부, 뇌병변판정기준 개정안 및 판정을 위한 수정바델지수 활용지침(2012)

<수정바델지수의 일반적인 사용 지침>

1	평가 항목의 과제를 수행할 수 없는 경우 1로 분류하고 바델 점수는 0점에 해당한다.
2	보호자에게 거의 대부분을 의지하는 경우, 또는 누군가 곁에 있지 않으면 안전에 문제가 있는 경우 2로 분류한다.
3	보호자에게 중등도로 의지하는 경우, 또는 과제를 끝까지 수행하기 위해 보호자의 감시가 필요한 경우 3으로 분류한다.
4	보호자의 도움이나 감시가 최소한으로 필요한 경우 4로 분류한다.
5	완전히 독립적으로 과제를 수행할 수 있는 경우 5로 분류한다. 환자의 과제 수행 속도가 느린 경우, 그 기능의 수행을 위해 다른 사람의 도움을 필요로 하지 않는다면 점수를 아래 단계로 분류하지 않는다.

(3) 수정바델지수의 각 항목별 평가 점수(10점 만점 기준)

- (가) 85~94: 일상생활을 자신이 완벽히 수행하지만 간혹 수행 시간이 느리거나 비정상적인 양상
- (나) 70~84: 일상생활을 타인의 도움 없이 자신이 수행하나 완벽하게 수행하지 못하는 양상
- (다) 5~69: 대부분의 일상생활은 자신이 수행하나 간헐적으로 타인의 도움이 필요한 양상
- (라) 40~54: 보행과 일상생활 동작 수행에 부분적으로 타인의 도움이 필요한 양상
- (마) 25~39: 보행과 일상생활 동작 수행에 대부분 타인의 도움이 필요한 양상
- (바) 24미만: 보행과 일상생활 동작 수행에 전적으로 타인의 도움이 필요한 양상

4. 식사 보조 순서

- (1) 이용자에게 배설의 욕구가 없는지 확인한다.
- (2) 식욕을 저하시키는 물건(변기, 더러운 물건)이 보이지 않도록 정리한다.
- (3) 이용자의 손을 씻거나 물수건으로 닦고, 냉수나 소금물 등으로 입안을 행군다.
- (4) 가능한 한 식당 또는 식탁에서 다른 사람들과 함께 식사를 할 수 있도록 한다.
- (5) 불가능한 경우에 식사하기 편안한 자세를 취하도록 한다.
- (6) 잔존 능력을 최대한 극대화시키기 위해 될 수 있으면 본인 스스로 먹도록 한다.
- (7) 대상자의 능력에 따라 혼자 먹을 수 있는 수저, 식기 등을 준비한다.
- (8) 통상적인 상차림(밥, 국, 수저의 위치)을 정확히 한다.
- (9) 식탁 뒤에는 반드시 입안을 깨끗이 한다.

5. 대상자 유형별 식사 보조 방법

(1) 와상인 경우

배설 유무를 확인하고 대상자에게 식사를 알린다. 누워있는 상태라도 가능한 머리를 치켜 올리며 불가능한 경우에는 옆으로 눕히고 얼굴을 보조하는 사람을 향하게 한다. 누워있는 상태에서는 적은 양으로도 포만감을 느낄 수 있다는 것과 수분

이 적거나 신맛이 강한 음식은 목이 메이기 쉬우므로 한 입에 넣을 수 있는 양이나 먹는 시간을 고려하며 식사 보조를 하고 식사후에는 반드시 구강 관리를 철저히 해야 한다.

(2) 앉아 있을 수 있는 경우

테이블의 높이가 지나치게 높거나 낮으면 대상자가 쉽게 피로해지므로 적당한 높이로 조정한다. 메뉴에 따라 젓가락, 포크, 수저 등을 준비하고 대상자 스스로 식사를 할 수 있도록 하며 식사 보조 시 서로의 시선이 마주보는 위치에서 한다.

(3) 편마비가 있는 경우

식사 보조를 할 때 마비가 없는 입 쪽으로부터 음식을 넣어야 한다. 마비된 쪽의 입가에서 음식물이 흐르는 경우에는 대상자의 감정이 상하지 않도록 자연스러운 태도로 깨끗이 닦아 주고, 대상자의 잠재 능력을 최대한 활용하여 스스로 식사할 수 있도록 하되 시간이 장기화되면 대상자가 피로해지므로 적절한 보조로 도와준다. 식사 후에는 마비된 쪽의 뺨 주위에 음식물 찌꺼기가 남기 쉬우므로 구강 관리에 신경을 쓰도록 한다.

(4) 치매 노인의 경우

과식을 하거나 이물질을 먹지 않도록 주변을 정돈하며, 음식을 먹지 않고 물고 있거나 가지고 노는 경우가 있으므로 자주 확인하고 입속에 있는 음식을 뱉거나 배회하여 식사를 마치지 못하는 경우가 있으므로 관심을 기울여야 한다.

## 2. 식사량 관찰 및 기록

### 1. 기본 영양 상태

충분한 경우에는 병을 이기는 힘도 강하고 의료적 처치에도 신체가 긍정적으로 호응할 수 있으므로 건강 회복이 빠르다. 그러나 기본 영양 상태가 부실한 경우에는 아무리 좋은 처치를 하더라도 기대하는 효과를 다 얻기는 어렵다.

### 2. 영양 부족

영양이 부족하면 체중이 감소하거나 신체 기능이 저하되고 상처 회복이 지연되거나 배변양상의 변화로 변비 등의 증상이 올 수도 있으며, 대상자에 따라 오심이나 연하 곤란 등의 증상이 나타나기도 한다.

### 3. 식사 보조 직원

식사 보조 시 직원은 대상자의 영양 상태를 관찰하여 통해 대상자의 건강 위험 요인을 파악하고, 대상자가 고른 영양을 섭취할 수 있도록 해야 한다. 또한, 대상자의 건강 회복을 위해 소화기 계통의 구조 및 생리 상태와 영양소의 흡수에 관한 내용과 건강인의 1일 영양과 수분 요구량의 사정 및 계획, 그리고 시행과 기록법을 잘 알고 있어야 한다.

## 3. 이동 능력 파악 및 실시

- 이동 능력은 일상생활을 수행하는데 요구되는 기동성을 의미하며 대상자가 정상적인 일상생활을 유지할 수 있는가를 평가하는데 필수적 요소이다.
- 하루의 생활을 살펴보면 식사, 배설, 청결 등 인간의 기본적 욕구를 만족시키면서 자립해 가기 위해서는 없어서는 안 되는 요소이다. 즉, 식사를 한다거나, 화장실을 가거나 사람과 만나는 일, 회사나 학교에 가는 일, 이 모두가 이동이라는 행위에 의한 것임을 새삼스럽게 인식하게 된다. 이동의 자유가 손상되면 일상생활의 불편은 물론이고, 사회생활 능력도 저하되게 되어 심한 경우에는 자아 존중감이 상실되기도 한다.
- 인간은 움직임에 장애가 일어나면 이동을 보충하는 수단으로서 휠체어, 보행 보조기, 지팡이 등을 사용하여 생활의 자립을 추구한다. 이동은 인간의 의욕과 동기 부여에 밀접한 관계를 갖는 행위임을 기억해야 한다.
- 보행 능력은 체력, 질병 및 장애 증상에 따라 각각 다양하다. 생각대로 움직여지지 않아도 대상자가 목표를 가지고 한발 한발 노력해 보도록 시도한다.

## ① 이동 보조의 방법

몸을 움직이는 것은 노화로 체력이 약한 사람이나, 질병 및 장애 증상에 따라 중노동일 수 있다. 직원이 부자연스러운 자세로 보조하면 대상자가 피로를 느끼거나 생각지도 못한 사고가 일어날 수 있다. 전면적으로 몸을 지지할 수 없으면 이동에 체력이 많이 요구되므로 이동의 보조 방법에 대한 기술을 습득해야 한다.

1. 상대방의 속도에 맞추어 대상자 자신의 움직이려는 힘을 이용한다.
2. 몸을 움직일 때에는 한 번에 움직이지 않는다. 하나, 둘, 셋 소리를 내어 함께 한다.
3. 몸을 일으킬 때에는 안정되게 골반을 지지한다.
4. 직원은 대상자에게 몸을 밀착시켜 힘이 분산되지 않게 하고 여유 있게 서서히 진행한다.

## ② 보행 보조기의 종류

보장구의 사용은 신체장애의 경감, 완화라는 직접적인 효과 외에도 보장구의 사용을 통해 대상자들이 교육, 직업, 사회 활동 등 다른 재활 과정의 참여를 보다 용이하게 만들어 궁극적으로 대상자들의 삶의 질을 향상시켜 주는 효과가 있다.

### 1. 지팡이

지팡이는 손, 팔, 겨드랑이 등으로 조작하는 한 개 혹은 한 대의 막대 형태의 보행 보조 장비로서 가장 공통적으로 처방되는 것 중의 하나이다.

#### (1) 장점/단점

##### (가) 장점

체중지지면을 넓혀 주고 하지와 골격 구조의 무게를 감소시키며, 감각 정보를 제공받을 수 있게 함으로써, 보행 시 가속과 감속을 도와준다. 또한, 지팡이는 피로와 불완전한 보행을 막아주며, 상지의 힘을 지면에 전달하여 하지를 보호하고 균형을 증진시킨다. 지팡이는 잡고 있는 쪽으로 압력 중심의 위치를 쉽게 이동시킴으로써 전후, 좌우의 자세 동요를 감소시킨다.

##### (나) 단점

지팡이를 잡고 있는 쪽으로 몸을 더 치우치게 하여 비대칭적인 자세를 유발시킬 수 있다.

#### (2) 종류

##### (가) 사이드 워커

한손으로 잡기가 편해 일명 편마비형 워커라고도 한다. 일반 보행기보다 가볍고 지팡이보다 안정적인 자세를 제공한다.



## 2. 휠체어

다리가 자유롭지 못한 사람이나 몸이 불편한 사람이 앉아서 이동할 수 있도록 만들어진 보조 기구로 의자차라고도 한다.

### (1) 구조

#### (가) 몸체 (Mainframe)

기능적인 부분이 대부분 부탁되어 있으며, 사용자의 몸을 지지해 주는 몸체는 시트, 팔걸이, 등 받침, 발 받침대 등으로 구성되어 있다.

#### (나) 바퀴 (Wheel)

주행의 안전성과 쾌적성을 위해 각각 2개씩의 큰 바퀴와 작은 바퀴로 구성된다. 앞 뒤 바퀴 축 간의 거리는 기민성, 회전 반경, 안정성 등에 영향을 준다.

## 3. 보행기

보행기란 보행은 가능하지만 혼자서 걷기 힘든 대상자들의 실내 및 실외의 보행을 보조해주는 도구로 좌우의 프레임과 이것을 연결하는 중앙부의 파이프로 되어 있고, 단독으로 사용한다. 손 혹은 팔 등으로 신체를 지지하고, 조작하는 보행 보조 도구로 다양한 종류가 있으므로 대상자에게 맞는 보행기를 선택하여야 한다.

### (1) 2단 손잡이 보행기

2단 손잡이 보행기는 하지의 조절 능력이 어렵거나, 대상자들이 앉았다 일어설 때, 화장실이나 의자 착석 후 일어설 때 지지해 줌으로써 안정된 지지면을 제공해 준다. 2단 손잡이 보행기는 지지대의 역할을 하며 일반적으로 많이 사용하고 있다.

### (2) 네발 지팡이

재활 훈련 및 건강 유지를 위한 운동 중 걷기보다 좋은 것은 없다. 네발 지팡이는 밑받침의 발이 4개나 있어 균형 감각이 없으신 분들도 안심하고 사용할 수 있으며, 어느 한쪽으로 힘을 주어도 충분히 버틸 수 있고, 좌우 구분도 간단히 조정하여 사용할 수 있다.

### (3) 청소년용 보행 보조기

청소년의 보행과 보행 연습을 돕는 보조기기이다. 차체는 기립 불균형이나 경직 등에 의해 보행 시 넘어짐을 예방하도록 만들어졌다. 팔 받침은 양팔을 올리거나 상체를 기댈 수 있으며 부드러운 소재의 쿠션으로 만들어져 팔꿈치의 통증을 예방해 준다. 손잡이는 신체 조건에 적응 가능하도록 길이와 각도 조절이 가능하다. 등받이 가드는 보행 시 심리적 안정감을 주며 기립 불균형으로 인한 후방으로의 넘어짐을 예방해 준다. 보조 시트는 대퇴부를 편안히 감싸주며 길이 조절이 가능한 4개의 벨트가 있어 신체균형을 유지해 주고, 앞바퀴는 방향 고정식 전후 구동 방식이며 뇌병변 장애인의 보행을 도울 수 있다.

## 4. 이동에 관한 관찰 및 기록

- 인간은 누구든지 자유롭게 활동하고 싶어 한다. 노령이나 질병 장애를 가지고 있더라도 하루종일 한 장소에만 있을 수만은 없을 것이다. 대상자가 할 수 있는 범위 내에서 할 수 있는 일들을 적극적으로 할 수 있도록 해야 할 것이다.
- 이동과 활동은 그만큼 인간 삶의 질을 높여주기도 한다. 어떠한 이유에서든 이동과 활동의 자유가 손상되면 대상자는 여러 가지 이동에 대한 제약으로 생활의 불편과 이로 인한 의욕 상실로 자아존중감이 저하될 것이다. 직원은 대상자의 이동 능력을 관찰, 기록, 사정에 의해 대상자의 신체 상태를 파악하여 스스로 할 수 있는 잔존 능력 유지에 중점을 두어야 한다.
- 기록의 방법은 즉각적으로 정확하게 체크 및 기술함으로써 서비스 제공자들 간의 연속성을 유지하는 의사소통 수단으로 활용되어야 한다. 기록에 따라 낙상 등 예측되어지는 상태 변화에 대해서는 즉각적으로 대처해야 한다.
- 사회복지기관이 사용하는 기록 형식으로는 클라이언트 중심의 기록법 즉, 각 클라이언트에게 개입한 과정을 구체적이고 책임감 있게 목표 지향적으로 기록하는 것을 말한다. 의사의 문제중심기록(POR : problemrecord)처럼 개별 지향적인 기록에는 초기의 기본 자료, 치료 계획, 사정, 진행 노트 및 진행검토(6주 혹은 12주마다 구체적 기간에 따른 클라이언트의 진행을 평가하는 것) 등의 내용을 담는다.

### ① 기록의 원칙

#### 1. 책임성

대상자의 전반적인 상태에 대해 기록하고, 책임 소재를 분명히 하고 정보 출처를 확실하게 한다.

#### 2. 효율성

초점이 분명하고 간결하게 기록하여, 쉽게 알아보도록 해야 한다.

#### 3. 비밀보장

대상자의 비밀 보장은 매우 중요하므로 기록 관리를 철저히 해야 한다.

#### 4. 객관적 사실

육하원칙에 따라 객관적 사실을 구체적으로 간단명료하게 기록한다.

#### 5. 일관성

조호 내용을 명확하게 할 수 있도록 통일된 방식으로 기록한다.