

우리 집 모기 유입 경로 자가 진단 체크리스트

문서 버전: v1.0 / 2026.07 연결 콘텐츠: 블로그 1 편 「모기가 사람을 찾는 3 단계」

우리 집 모기 유입 경로 자가 진단

모기가 사람을 찾는 순서는 이산화탄소 → 피부 냄새 → 열과 시각입니다. 아래 5 문항은 그 각 단계에서 우리 집이 어떤 신호를 내보내고 있는지를 점검합니다. 해당하는 항목에 체크해 주세요.

1. 모기 물린 자국이 얼굴·목 주변 또는 발목·종아리 쪽에 몰려 있다. ☐ 그렇다 ☐ 아니다

이 문항이 짚는 것 무는 부위는 무작위가 아닙니다. 이산화탄소 농도가 가장 높은 곳(머리 쪽)과 피부 유래 냄새가 가장 진한 곳(발 쪽)이 신호가 강한 지점입니다. 물린 위치가 한쪽에 몰려 있다면, 그 지점이 우리 집에서 가장 강한 신호원이라는 뜻입니다.

바로 해볼 것 — 물린 위치를 3 일만 기록해 보십시오. 머리 쪽에 물리면 환기와 이산화탄소, 발 쪽에 물리면 취침 전 세정 쪽이 우선 점검 대상입니다.

2. 침실 문을 닫고 자며, 잠들기 전 따로 환기를 하지 않는다. ☐ 그렇다 ☐ 아니다

이 문항이 짚는 것 잠든 사람은 그 자체로 이산화탄소 발생원입니다. 밀폐된 공간에서는 이 신호가 흩어지지 않고 축적됩니다. 즉 문을 닫는 행동은 모기를 막는 동시에, 이미 들어와 있는 개체에게는 신호를 진하게 만들어 주는 양면성이 있습니다.

바로 해볼 것 — 취침 30 분 전 5 분 환기. 단, 이때 방충망 상태 점검이 함께 필요합니다(3 번 문항).

3. 방충망 틈, 배수구, 환풍구, 에어컨 배관 구멍 중 최근 1 년 안에 확인해 본 적 없는 곳이 있다.

☐ 그렇다 ☐ 아니다

이 문항이 짚는 것 모기는 문으로만 들어오지 않습니다. 방충망과 창틀 사이 유격, 욕실·베란다 배수구, 주방 환풍구, 에어컨 배관 관통부가 흔히 놓치는 경로입니다. 신호를 줄이는 것보다 경로를 막는 쪽이 언제나 비용 대비 효율이 높습니다.

바로 해볼 것 — 밤에 방 안 불을 끄고 밖에서 손전등을 창틀에 비춰 보십시오. 빛이 새는 곳이 곧 유입 경로입니다.

4. 땀이 마르기 전에 잠자리에 들거나, 샤워하지 않고 자는 날이 많다. ☐ 그렇다 ☐ 아니다

이 문항이 짚는 것 모기가 사람을 구분하는 단계에서 작동하는 것은 피부에서 나오는 물질입니다. 록펠러대학교 연구진은 모기에게 유독 많이 선택된 사람들의 피부에서 카복실산 계열 물질이 유의하게 더 많이 검출되었다고 보고했습니다.

바로 해볼 것 — 취침 전 세정, 특히 발과 발목 부위. 다만 이 차이는 수년간 안정적으로 유지된다고 보고되었으므로, 씻는 것만으로 완전히 사라지지는 않습니다.

5. 같은 방에서 자는데 유독 특정한 사람만, 특히 아이가 더 많이 물린다. ☐ 그렇다 ☐ 아니다

이 문항이 짚는 것 개인차는 실재합니다. 화학적 조건 외에 방어 행동의 차이도 작용합니다. 인천대학교 권형욱 교수는 성인은 모기가 접근하면 무의식적으로 쫓는 행동을 하지만 어린아이는 그것을 인지하지 못하기 때문에 상대적으로 더 많이 물리는 것으로 보인다고 설명했습니다.

바로 해볼 것 — 이 경우 방 전체 대책보다 특정 인물의 취침 지점을 기준으로 대책을 세우는 편이 유효합니다.

결과 해석

체크 개수	판정	우선 조치
0~1 개	유입 경로 관리형 — 신호 조건은 나쁘지 않음	3 번 문항의 물리적 경로 점검만 정기 수행
2~3 개	신호 축적형 — 들어온 개체가 사람을 찾기 쉬운 조건	환기 루틴과 취침 전 세정을 먼저 조정. 이후 재점검
4~5 개	복합형 — 경로와 신호가 함께 열려 있음	물리적 차단(3 번)을 최우선으로 처리하고, 나머지를 순차 조정

이 진단은 의학적 판단이나 특정 제품의 필요 여부를 가리는 도구가 아닙니다. 1 편에서 정리한 모기의 탐지 순서를 각자의 환경에 대입해 보기 위한 참고 자료입니다.