

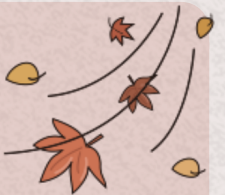


## 인플루엔자 바로 알기

- 인플루엔자는 인플루엔자바이러스에 의한 감염성 호흡기질환으로, 흔히 독감이라고 불립니다.
- 인플루엔자는 어떻게 감염되나요?  
인플루엔자는 기침, 재채기 등 비말을 통해 사람 간 전파가 됩니다. 또한 인플루엔자 바이러스가 묻어 있는 물건을 만진 다음 손을 씻지 않고 눈, 코, 입을 만질 경우도 감염될 수 있습니다.
- 인플루엔자의 증상은 무엇인가요?  
인플루엔자 바이러스에 감염되면 1~4일(평균 2일) 후에 증상이 나타납니다. 증상으로는 발열, 두통, 근육통, 콧물, 인후통, 기침 등이 나타나며 소아는 오심, 구토, 설사 등이 나타나기도 합니다. 발열과 같은 전신 증상은 일반적으로 3~4일간 지속되지만, 기침과 인후통 등은 해열된 후에도 며칠간 더 지속될 수 있습니다.

## 인플루엔자로부터 우리 가족 보호하기

- 우리 가족이 인플루엔자에 걸리지 않으려면 어떻게 해야 하나요?  
가장 좋은 예방 방법은 가족 모두 매년 인플루엔자 예방접종을 하는 것입니다.
- 예방접종 외에도 가족들이 인플루엔자에 걸리지 않게 할 수 있는 방법들이 있나요?  
예방접종과 더불어 학부모님과 자녀들은 다음과 같은 예방수칙도 준수해야 합니다.
  - ① 발열호흡기 증상이 있는 경우 다른 가족과 가능한 접촉 피하고 병원 진료 받기
  - ② 기침예절 준수하기 - 기침이나 재채기 시 옷 소매나 휴지로 입과 코를 가리기
  - ③ 흐르는 물에 비누로 30초 이상 손 씻고, 씻지 않은 손으로 눈, 코, 입 만지지 않기
  - ④ 인플루엔자 유행 시기에는 사람이 많은 장소 방문 자제하기



## 자녀가 아프면 어떻게 해야 하나요?

자녀에게 발열과 기침 등 호흡기 증상이 나타나면 의사의 진료 후 자녀가 충분한 휴식 및 수분 섭취를 하도록 해주세요. 특히, 5세 미만이나 만성질환이 있는 자녀는 인플루엔자 합병증 위험이 높아 발열 및 호흡기 증상이 나타나면 즉시 의사의 진료가 필요합니다.

다음과 같은 증상이 나타나면 건강한 자녀라도 지체없이 진료를 받아야 합니다.

(아래 증상 외에도 부모님 판단으로 심각하다 생각되는 경우 진료를 받아야 합니다.)

- 빠른 호흡 또는 호흡곤란
- 푸르스름한 입술 또는 창백한 얼굴
- 갈비뼈 통증 또는 가슴 통증
- 심한 근육통 (아이가 걷기를 거부함)
- 만성질환의 악화
- 38°C 이상의 고열(12주 미만 자녀의 발열)
- 발작, 탈수(8시간 동안 소변 없음, 구강 건조, 울 때 눈물 없음)
- 호전되었다가 다시 재발되는 발열 또는 기침