



7월 보건소식지

백산고등학교

담당부서 : 보건부

연락처 : 4280-5455

여름방학 대비 감염병 예방수칙

1. 기침예절

- 호흡기 증상 있을 시 마스크 착용하기
- 기침할 때는 휴지와 옷소매로 입과 코 가리기
- 기침한 후에는 비누로 손 씻기
- 사용한 휴지나 마스크는 바로 쓰레기통에 버리기

2. 올바른 손 씻기

- 흐르는 물에 비누로 30초 이상 손 씻기
- 외출 전후, 식사 전후, 코 풀거나 기침 및 재채기 후, 용변 후 등

3. 씻지 않은 손으로 눈, 코, 입 만지지 않기

4. 실내 환기

- 2시간마다, 10분씩 환기
- 출입문과 창문을 동시에 열기

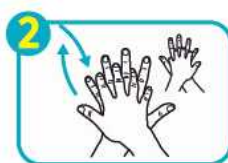
5. 발열 및 호흡기 증상 시 의료기관 방문하여 적절한 진료 받기

올바른 손 씻기 6단계



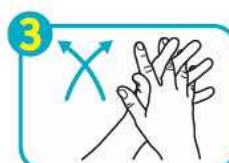
손바닥

손바닥과 손바닥을
마주대고
문질러 주세요



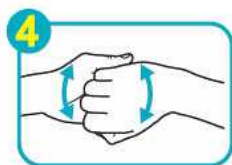
손등

손등과 손바닥을
마주대고
문질러 주세요



손가락 사이

손바닥을 마주대고
손가락을 끼고
문질러 주세요



두 손 모아

손가락을
마주잡고
문질러 주세요



엄지 손가락

엄지손가락을 다른 편
손바닥으로 돌려주면서
문질러 주세요



손톱 밑

손가락을 반대편
손바닥에 놓고
문지르며 손톱 밑을
깨끗하게 하세요

해외 감염병 예방 수칙

해외여행 떠나기 전에 확인했나요?


해외감염병 예방수칙 Check!

안전한 해외여행!

무부터 준비하지?


해외방문 후, 입국 할 때?

Q-CODE 또는 건강상태질문서를
검역관에게 제출해주세요!




귀가 후, 감염병 증상이 의심된다면?

질병관리청 1339로
전화하세요!




질병관리청 콜센터

해외감염병 정보의 모든 것은? 해외감염병NOW!



질병관리청

해외여행 떠나기 전 Check!



해외감염병NOW에서
여행자 건강정보 확인하기



해외여행 전,
예방접종·예방약·
예방물품 챙기기

질병관리청

해외여행 중에도 Check!



음식은 반드시 익혀 먹고,
생수나 끓인 물 마시기




야외활동 시에는
모기기피제를 사용하고,
긴팔·긴바지·모자 착용하기




야생동물 접촉 최대한 피하기
(동물에 물리거나, 긁혔다면
비눗물 세척·병원 진료 받기)

질병관리청

해외여행 다녀와서 Check!



입국 시 Q-CODE 또는
건강상태질문서 제출하기



감염병 증상 발생 시
1339 질병관리청에
상담하기

※상담할 때, 최근 방문한 국가를 반드시 알려주세요

자료출처: 질병관리청 감염병 알림