



# 3월 보건소식

발행인: 부귀중학교장  
편집인: 보건교사 신자현  
발행처: 부귀중 보건실  
보건실 070-4278-5602

우) 55416 진안군 부귀면 상거석길 14-7 교무실 063)432-8546 FAX 063)433-4885

## 개학을 맞아 주의해야 할 봄철 감염병

학부모님 가정에 건강과 행복이 가득하시기를 기원합니다.

신학기가 시작되면서 집단생활을 하는 학교에서는 감염병 발병 및 전파가 빠르게 일어납니다. 인플루엔자는 급성 호흡기 감염병으로 우리나라의 경우 통상 12월~1월 사이에 1차 유행을 거쳐, 다음해 3~4월에 2차 유행이 주로 발생합니다. 주요 **증상으로는 38℃ 이상의 고열과 함께 기침, 인후통, 몸살 등을 동반하며, 환자의 기침이나 콧물 등의 분비물(손잡이, 스마트폰 등이 매개)을 통해 쉽게 감염이** 일어나므로 감염예방을 위해 철저한 손 씻기, 양치 등의 개인 위생수칙과 기침 에티켓을 잘 지켜야 합니다.

가정에서도 자녀와 가족의 인플루엔자 외 감염병 예방을 위하여 아래의 예방수칙을 지킬 수 있도록 세심한 관심을 부탁드립니다.

### 1. 생활 속 인플루엔자 예방수칙

#### 생활 속 인플루엔자 예방수칙

- ① 예방접종 우선 권장대상자\*는 예방접종을 받습니다.  
\* 65세 이상 어르신, 만성질환자, 생후 6~59개월 소아, 임신부, 50~64세 연령 등  
※ 건강한 학생, 성인 등도 필요한 경우 자율적으로 예방접종
- ② 비누를 사용하여 자주 손을 30초 이상 씻고 개인 위생수칙을 잘 지킵니다.
- ③ 기침, 재채기 할 때는 손수건, 휴지, 옷깃으로 입을 가리는 기침 예절을 지킵니다.
- ④ 발열과 호흡기 증상(기침, 목 아픔, 콧물 등)이 있는 경우 마스크를 착용합니다.
- ⑤ 인플루엔자가 유행할 때에는 가급적 사람들이 많이 모이는 장소의 방문을 피합니다.
- ⑥ 인플루엔자 의심 증상이 있는 경우 즉시 의사의 진료를 받습니다.

### 2. 감기와 독감의 차이

원인		독감(인플루엔자)	감기
		인플루엔자 A, B 바이러스	200여개의 서로 다른 바이러스
증상	시작	갑자기 발병	서서히 발병
	발열정도	고열(38℃ 이상)	미열(38℃ 이상 고열은 드뭄)
	기침, 흉통	흔하며 심하다	약하다(목감기의 경우 간혹 심한 기침)
	콧물/코막힘, 인후통	때때로	흔하다
	두통, 전신통, 근육통	흔하며, 심한 몸살 증상	약하다
	피로감, 쇠약감	2~3주 지속	약하다
합병증		폐렴, 기저질환 악화, 치명적	드물다. 소아에서 부비동 충혈, 귀통증
치료약		항바이러스제(타미플루, 리렌자)	치료제 없음(증상에 따른 투약)
예방약		인플루엔자 백신, 항바이러스제	없다.

### 3. 올바른 손씻기(30초 이상) 및 기침예절 지키기



올바른 손 씻기를 통해서 손에서 손으로 전염되는 각종 감염병의 70% 이상을 예방할 수 있습니다.

개인건강을 위한 손의 청결과 위생이 바로 감염병과 식중독을 예방하는 길입니다.

- \* 기침이 계속된다면 마스크 착용! -기침이 계속될 경우, 가족과 친구를 위해 반드시 마스크를 착용.
- \* 기침, 재채기 후 철저한 위생관리! - 기침이나 재채기 후에 비누로 손을 씻거나 알코올성 손소독제 사용하여 손 세척

#### □ 유행성이하선염(볼거리)

- 4~7월, 11~12월에 발생률이 높으며, 주로 3~7세, 13~18세에서 발생률이 높음
- 전파경로 : 감염된 비말핵이나 타액과의 직접 접촉 혹은 공기매개
- 전염시기 : 종창 3일 전 ~ 종창 발생 후 5일까지
- 임상증상 : 20%가 증상이 없는 감염이며, 전구기(1~2일)기간에는 발열, 두통, 근육통, 구토 등의 증상을 보일 수 있음, 통상 종창은 1~3일째 최고에 달하고 3~7일 이내에 점차 가라앉음
- 환아관리 : 볼거리나 다른 증상 발현 후 5일까지 표준격리 및 비말격리



#### □ 수두

- 5~6월, 12월~1월에 발생이 높으며, 3~6세 연령대에서 발생률이 높음
- 전파경로 : 수두환자의 수포액과 직접접촉, 기침이나 재채기 등 호흡기 분비물
- 전염시기 : 발진이 나타나기 1~2일전부터 발진이 나타난 후 5일 정도까지  
※ 수포성 발진에 딱지가 생기고, 새로운 발진이 더 나타나지 않는다면 전염력이 없다고 간주, 즉 모든 수포성 발진에 딱지가 생기면 등교 가능함
- 임상증상 : 미열 등의 가벼운 전신증상이 있으면서 가려움증 동반한 수포성 발진
- 환아관리 : 발진에 딱지가 생길 때까지 표준격리 및 비말격리



2017. 03. 10.

부귀중학교

