



3월 보건소식지

발행인: 부귀중학교장
편집인: 보건교사
발행처: 부귀중학교
보건실 070-4278-5602

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

부귀중 학생에게 한마디!

새로운 시작의 달 3월 신입생들의 입학과 재학생들의 진급을 진심으로 축하합니다. **보건소식지**는 우리 **학생들과 선생님들의 건강증진을 위해 여러분을 찾아갑니다.** 청소년기 건강은 평생 건강의 밑거름이 됩니다. 공부 열심히 하는 것도 중요하지만 **건강을 지키기 위해서는 좋은 생활습관을 가지는 것이 무엇보다도 중요합니다.** 매일 발행되는 보건소식지를 통해 자기 건강관리에 대한 계획과 실천을 짜임새 있게 꾸며보시기 바랍니다.



보건실 이용 안내

❁ 보건실 위치 : 본관 1층 도서관 옆

❁ 보건실 이용대상 : 전교생과 교직원

❁ 보건실에서 하는 일 :

- 건강관련 상담, 응급처치, 외상 등의 처치
- 건강요주의자 건강관리, 보건·성교육, 흡연예방
- 아토피 예방 및 교육

❁ 보건실 침상안정 절차 : 보건실에서 침상안정을 원하는 학생은 담임선생님과 교과선생님께 허락을 받은 후 안정을 할 수 있습니다.

(보건실 입실증에 담임+해당 교과 선생님의 사인이 있어야 함)

- ① 보건실에서의 침상안정 시간은 1시간 이내가 원칙
- ② 1시간 이상 안정이 필요한 경우에는 보호자와 상의 후 가정 안정 또는 병원진료 받음

❁ 건강상 문제가 있어 병원에 다니고 있거나 약물을 복용하고 있는 학생은 꼭 보건실에 와서 선생님께 이야기해주세요.

- 내과적 건강문제로 정도가 심한 경우, 담임선생님께 말씀드리고 부모님과 상의하여 귀가, 병원진료를 받을 것

- ☑ 보건실 문에 적혀 있는 이용수칙을 준수합니다.
- ☑ 손소독 후 노크를 하고 인사 후 문을 닫습니다.
- ☑ **코로나 임상증상**이 있는 학생은 미리 증상을 얘기합니다.
 - ※ 코로나 증상: 두통, 몸살, 목 아픔, 기침, 발열 등
- ☑ 아픈 부위와 증상에 대해 자세히 이야기합니다.
- ☑ 혼자 움직이기 어렵다거나 특별한 경우 이외에는 **반드시 본인이 오도록** 합니다.
- ☑ 친구들과 **큰소리로 떠들지 않습니다.**
- ☑ 처치나 상담이 끝나면 선생님께 인사와 함께 문을 살며시 닫고 나갑니다.

응급환자 관리 절차 안내

「학교교육과정」중 발생하는 모든 안전사고의 경우

▶ **위급하지 않으나 병원진료가 필요한 경우,**
보건실에서 응급조치하고 보호자에게 연락하여 인계함을 원칙으로 합니다.

▶ **위급하다고 판단되는 경우,**
보호자에게 연락 후 교사와 동행하여 인근병원으로 우선 후송합니다.

▶ 움직이기 어렵거나 **생명을 위협하는 위급상황 발생 시**에는 **119구조대**에 연락하며, 보건교사와 교사가 동행하여 학생을 병원으로 신속히 후송합니다.



개학 시기 필수 예방접종

질병관리청은 국가예방접종을 통해 초·중·고등학교 학생 또는 입학학생들에게 백일해, 홍역, 사람유두종바이러스, 인플루엔자 등 **10개 감염병에 대한 예방접종을 적극 권고, 비용을 지원**하고 있습니다.

* 자세한 내용은 예방접종도우미 누리집(<https://nip.kdca.go.kr>)에서 확인하실 수 있습니다.

사람유두종바이러스(HPV) 백신

올해 '07~'13년생 여성과 '98~'06년생 저소득층 여성을 대상으로 14세까지 첫 접종을 시작하는 경우 2회 접종, 15세부터 첫 접종을 시작하는 경우 3회 접종을 지원합니다.

인플루엔자 백신

생후 6개월~13세(11.1.1~24.8.31. 출생자)를 대상으로 올해 4월 30일까지 접종을 지원합니다.

초·중학교 입학생 필수예방접종 확인사업

[초등학교]

DTaP(디프테리아/파상풍/백일해) 5차, IPV(폴리오) 4차,

MMR(홍역/유행성이하선염/풍진) 2차, 일본뇌염(불활성화 백신 4차 또는 약독화 생백신 2차)

[중학교]

Tdap(파상풍/디프테리아/백일해) 6차(단, 백일해 백신 금기자는 Td 접종),

일본뇌염(불활성화 백신 5차 또는 약독화 생백신 2차), HPV 1차(여학생 대상)



감염병으로 인한 등교중지 안내

▶ 법정 감염병이나 전염력이 강한 감염병 경우 가정에서의 요양을 권하고 즉시 등교중지합니다.

▶ 법정 감염병인 경우 학교에는 담임선생님께 유선으로 연락하시고 **학생의 치료가 완료된 후 의사소견서를 첨부하시면 출석으로 처리됩니다.** 법정 감염병의 종류는 질병관리청(<http://www.kdca.go.kr>)사이트를 참고하시기 바랍니다.

< 학교에서 걸리기 쉬운 감염병 >

병명	초기 증상	등교중지기간
수두	피부 발진, 수포, 발열, 피로감	모든 발진이 딱지가 될 때까지
결핵	발열, 전신 피로감, 식은땀, 체중감소	약물 치료 시작 후 2주까지
유행성 이하선염	발열, 귀밑이 부어오름, 두통, 근육통, 식욕부진	증상 발생 후 5일까지
유행성 결막염	충혈, 안구통증, 눈부심, 이물감, 많은 눈물, 눈곱	격리 없이 개인위생수칙을 철저히 지킬 것을 권장하지만 환자 상태에 따라(의사 소견) 실시
인플루엔자	발열, 두통, 근육통, 인후통, 기침, 객담	유행 차단을 위한 등교 중지는 의미없지만 환자 상태에 따라(의사 소견) 실시
A형간염	피로감, 발열, 오한, 복부불쾌감, 오심, 구토	황달 증상 이후 7일간 (증상 없으면 입원일로부터 7일간)

호흡기 감염병 예방수칙

- 올바른 손씻기의 생활화
- 기침예절 실천하기
- 사람이 많고 밀폐된 장소에서는 마스크 착용하기
- 주기적으로 실내 환기하기
- 발열 및 호흡기 증상 시 등교를 자제하고 충분한 휴식 취하기
- 증상이 지속될 경우 의료기관 방문해 진료받기



세계 결핵의 날



매년 3월 24일은 세계 결핵의 날입니다. 1882년 3월 24일 독일인 의사이자 세균학자 로베르트 코흐 박사가 결핵을 일으키는 마이코박테리아(Mycobacteria)를 발견한 날을 기념하기 위해 제정된 날입니다.

● 결핵 증상

- 2주 이상 기침
- 미열, 수면 중 식은땀
- 무력감, 체중 감소



● 기억하세요! 결핵 퇴치 1·2·3

- OECD 국가 중 결핵발병률 1위
2주 이상 기침이 지속되면 결핵검사
호흡기 감염 예방을 위한 실천수칙 3가지
- 마스크 착용
 - 기침할 땐 코와 입 가리기
 - 깨끗이 손씻기

알레르기 질환 예방관리 수칙

아토피피부염

- 철저한 보습 및 피부관리
- 적절한 실내 온도와 습도 유지

천식·알레르기비염

- 실내를 청결하게 유지하기
- 대기오염이 심한 날은 외출 삼가거나 마스크 착용하기
- 원인 및 악화요인을 검사로 확인 후 회피하기

식품알레르기

- 의사의 진료를 통해 원인식품 제한하기
- 응급약 소지 및 사용법 익히기
- 식품 섭취 전 성분 확인하기



성희롱·성폭력 고충상담 안내

학교에서는 학생 여러분의 성폭력, 성희롱 등 성과 관련된 문제가 발생하였을 때 여러분을 도와줄 수 있는 <성고충 상담창구>를 운영하고 있으니 필요할 때 언제든지 보건실로 찾아주세요.

- ◆ 성희롱 고충 상담창구 : 1층 보건실
- ◆ '부귀중학교' 홈페이지-학생마당-사이버 상담실-학교폭력(성폭력) 신고함 으로 온라인 문의 가능