



## 독감(인플루엔자) 및 호흡기 감염 예방 안내

2022-보건34호

춘포초등학교 교장실 842-8213. 교무실 842-8211. 행정실 842-8212, FAX 842-3448

학부모님의 가정에 건강과 평안을 기원합니다.

최근 계절성 독감(인플루엔자) 환자 증가세에 따라 도교육청에서 안내하는 독감(인플루엔자)을 비롯한 호흡기 감염 예방법을 전달하고자 합니다. 독감 또는 코로나19 관련 호흡기 증상이 한 가지라도 있으면 **등교하지 않고** 코로나 신속 항원 검사나 병원 진료를 받으시기 바랍니다.

### 학생의 준수사항

#### 1) 유행 시기 전까지 예방접종 받기

#### 2) 개인 위생 준수

- 올바른 손 씻기 및 손 소독의 생활화
  - 흐르는 물에 비누로 30초 이상 손 씻기
  - 소독제(알코올 60% 이상) 20초 이상 비벼서 말리기
  - 외출 후, 식사 전·후, 코를 풀거나 기침, 재채기 후, 배변 후 등
- 기침 예절 실천
  - 기침할 때는 휴지나 옷소매 위쪽으로 입과 코를 가리고 하기
  - 사용한 휴지나 마스크는 바로 쓰레기통에 버리기(마스크를 버릴 때 끈 잡고 버리기)
  - 기침 후 반드시 올바른 손 씻기 실천
  - 호흡기 증상이 있을 시 마스크 착용

#### 3) 씻지 않은 손으로 눈, 코, 입 만지지 않기

#### 4) 유행 시기에는 사람이 많이 모이는 장소 가지 않기

#### 5) 인플루엔자 의심 증상(발열 및 기침 또는 인후통 등)을 보이는 사람과 접촉을 피하기

#### 6) 인플루엔자 의심 증상(발열 및 기침, 인후통 등) 발생 시 진료받은 후 집에서 충분한 휴식 및 수분·영양 섭취

#### 7) 인플루엔자 진단을 받은 경우 "해열제 복용없이 정상체온 회복 후 24시간이 경과할 때까지" 학교 및 학원 등에 등원·등교를 하지 않도록 함

※ **출석 인정 증빙자료:** '독감(인플루엔자)'이 표기된 의사 소견서(또는 확인서, 진단서)

**1. 인플루엔자란 어떤 질병인가요?**

인플루엔자는 흔히 독감이라고도 불리며, 인플루엔자바이러스에 의한 감염성 호흡기 질환입니다. 인플루엔자의 임상증상은 경증에서 중증까지 나타날 수 있으며, 심한 경우 입원이 필요하거나 사망에까지 이를 수 있습니다. 특히, 만 65세 이상 어르신, 어린이, 임신부, 폐질환/심장질환 환자, 특정 만성질환 환자, 면역저하자 등은 폐렴 등 합병증이 발생하거나 입원할 위험이 높습니다.

**2. 인플루엔자는 어떻게 전염되나요?**

인플루엔자는 기침, 재채기 등을 통해 사람끼리 전염됩니다.  
기침/재채기에 의해 다른 사람이나 물체에 묻은 비말을 만진 손을 씻지 않고 눈, 입 또는 코를 만질 경우에도 인플루엔자 바이러스에 감염될 수 있습니다.

**3. 인플루엔자에 감염되면 의심 증상은 무엇인가요?**

인플루엔자바이러스에 감염되면 1~4일(평균 2일) 후에 증상이 나타납니다.  
인플루엔자는 발열, 기침, 두통, 근육통, 콧물, 인후통 등의 증상이 나타납니다. 소아는 오심, 구토, 설사 등이 나타나기도 합니다.  
발열과 같은 전신증상은 일반적으로 3~4일간 지속되지만, 기침과 인후통 등은 해열된 후에도 며칠간 더 지속될 수 있습니다.

**4. 인플루엔자 예방은 어떻게 하나요?**

인플루엔자 예방접종을 받고, 인플루엔자 환자와 접촉을 피하고, 올바른 손씻기와 씻지 않은 손으로 눈, 코 또는 입을 만지지 않기 등 개인위생수칙을 준수해야 합니다.

2022. 12. 13.

춘포초등학교장