



# 6월 보건소식지

제 2023-070호

♣ 교무실 251-5811 ♣ 행정실 251-5809 ♣ FAX 251-5813  <http://www.cjsb.es.kr>

6월 9일은

구강보건의 날!



치솔은 언제부터 사용했을까?

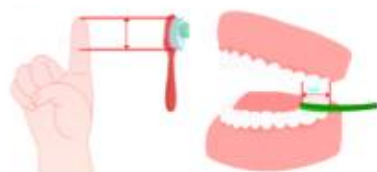
치솔은 기원전 3,000년경 고대 이집트 바빌로니아에서 나뭇가지를 꺾어 현한 쪽을 씹으면서 시작되었으며,

나후로 된 손잡이와 천연 명주실로 솔을 엮은 고정적인 치솔이 등장한 것은 1,500년경 중국에서 시작되었다.

1938년 미국에서 세계 최초의 나일론 치솔을 발명하여 지금까지 사용되고 있다.



나에게 맞는 치솔 선택하기!



내게 맞는 치솔 크기는  
나의 엄지 한마디나  
어금니 2~3개 정도의 크기가  
적당해요.

습기에 약한 치솔 보관하기!

치솔에 이물질이나 습기가 있으면 세균이 번식하기가 쉬워요.

치솔질이 끝나면 칫솔이나 용품을 깨끗하게  
씻어내고 흐르는 물에 30초 이상 씻어주세요.



깨끗이 씻은 치솔은 물기를 제거하고, 습기가 적고  
바람이 잘 통하는 곳에 보관하는 것이 좋아요.

· 욕실에 보관할 때는 변기와 멀리 떨어뜨려 주세요.

· 치솔 머리가 위로 향하게 하고 칫솔찌라도 거러두기를 해주세요!

치약은 왜 써야 할까요?



치약은  
이물 문온하게 하고,  
입안을 깨끗하게  
해서 충치를 예방할  
수 있게 해줘요

치약을 치솔모 길이의  
1/2~1/3정도 양의  
짜서 사용해요



치약은  
물을 묻혀서 양고  
바로 치솔하고,  
입안을 충분히 헹가주세요



전염성 높은 눈병,

유행성각결막염!



유행성각결막염이란?

전염성이 강한 바이러스 질환으로 감염된 사람의 눈물 만진 손, 수건,  
세면도구, 침구 등을 통해 감염됩니다.

발병 후 약 2주동안 전염력이 매우 강하므로 개인위생에 각별히 신경을  
써야 해요!

증상

증상은 보통 14일 정도 지나면 사라져요



눈물이 많음



눈물, 눈곱



충혈, 눈꺼풀 부종



눈 통증



눈부심

예방수칙



올바른 손 씻기  
흐르는 물에 비누로  
30초 이상 손 씻기



눈을 만지거나  
비비지 않기



수건이나, 베개, 담요, 안약,  
화장품 등 개인 소지품을  
다른 사람과 공유하지 않기



증상이 있는 동안  
수영장 및 목욕탕 등을  
방문하지 않기

단체생활시 개인위생 철저히, 잊지 마세요 -!

내용 출처: 경상북도 감염병 관리지원단

## 마약류 범죄 예방

### 마약음료수?

다른 사람에게 몰래 마약을 먹이는 소위 풍당 마약 수법과  
보이스피싱 범죄수법이 융합된 **변종 보이스피싱**



※ 미성년자에게 마약을 수수,제공하는 자는 **무기 또는 5년 이상의 징역**  
"마약류 관리에 관한 법률 제58조 제1항 제7호"

전라북도경찰청

### 실제 피해 사례



#### 강남 고교생 대상 마약음료 협박사건

A학생은 4월 3일, 서울 강남구 일대 학원가에서 집중력 향상 음료 시음  
후 설문지를 작성하였다.

그 후, 피의자는 설문지에 작성된 부모 전화번호로 전화하여 '자녀가 마  
약을 복용한 게 알려지면 좋을게 없지 않냐'며 금전을 요구하다가 경찰에  
체포되었다.

무료 음료를 마신 학생들에게선 필로폰(메스암페타민), 엑스터시 양성  
반응이 나왔다.

전라북도경찰청

### 이런 상황을 조심하세요! 마약 범죄 예방법

※ 출처 : 식품의약품안전처&한국마약퇴치운동본부

- ✓ 낯선 사람이 권하는 음료 마시지 않기!
- ✓ 지인의 권유나 유혹에는 단호히 거절하기
- ✓ 온라인 판매·중고거래 약 사거나 쓰지 않기
- ✓ 호기심을 자극하는 광고 문구에 관심 가지지 않기
- ✓ 의심사례 발생시 즉시 112로 신고하기

전라북도경찰청

## 코로나19 변경된 방역지침

주요 방역조치 완화로  
조속한 일상회복 전환 추진!



코로나19 위기단계를 하향 조정(심각 → 경계)함에 따라,  
격리외무 해제와 마스크 권고 전환 등 주요 방역조치를 완화합니다.

분야	변경(심각 → 경계) 시행일 6월 1일~
격리	5일 권고 전환
마스크	의원, 약국 권고 전환 (병원급 이상 의료기관, 입소형 감염취약시설은 당분간 유지)
감염취약 시설보호	종사자 선제검사 권고 전환 (유증상, 다수인 접촉 등 필요시 PCR 또는 RAT) 접촉 대면면회 시 취식 허용 (방역수칙 준수)
검역	입국 후 3일차 PCR 권고 종료 (당초계획 유지)

### 온열 질환 주의

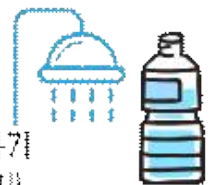
온열질환은 **열로 인해 발생하는 급성질환**으로 뜨거운 환경에  
장시간 노출 시 두통, 어지럼증, 근육경련, 피로감, 의식저하 등의  
증상을 보이고, 방치 시에 **생명이 위태로울 수 있는 질병**으로  
대표적인 질환으로는 열사병과 열탈진이 있습니다.

\* 온열질환으로 인한 사망자 추정 사인은 대부분 열사병!



### 폭염대비 건강수칙 3가지

- 1 시원하게 지내기
- 2 물 자주 마시기
- 3 더운 시간대에는 활동 자제하기  
가장 더운 시간대(낮 12시~오후 5시)



자료 출처 : 질병관리청