



보건소식지

발행인	교장 이해진
발행처	보건실
발행일	2019. 12. 6.

- 인플루엔자 예방 안내 -

교내 독감이 발생하는 사례가 있어 안내를 드립니다. 이와 관련하여 인플루엔자 예방 및 관리지침과 손씻기·개인위생교육에 대한 내용을 안내하오니 학생들의 건강한 학교생활을 위하여 가정에서도 세심한 관리 부탁드립니다.

◆ 인플루엔자 특징

- 흔히 '독감'이라고 불리는 인플루엔자는 기침, 재채기를 통해 전염되는 **급성호흡기질환**
- 잠복기는 1-5일(평균 2일)이며 전염기는 증상 발생 1-2일 전부터 7일 혹은 증상 소실까지
- 매년 겨울에 크고 작은 유행을 만드는 질환

◆ 인플루엔자 감염경로 및 증상

- 비인두 분비물이 호흡기로 들어가 감염
- 갑작스럽게 시작하는 고열, 근육통, 두통, 오한의 전신증상과 마른기침, 인후통 등의 **호흡기 증상**
- 콧물, 가슴통증, 안구통증도 나타날 수 있음
- 전신증상과 발열은 일반적으로 2-3일간 지속되다가 사라지고, 호흡기 증상도 5-7일이면 대부분 호전
- 합병증 : 폐렴, 기저 호흡기질환의 악화, 중이염, 부비동염

◆ 인플루엔자 예방 관리 ◆

- ◇ 유행 시기 전까지 **예방접종** 받기
- ◇ 올바른 **손씻기**의 생활화
- ◇ **기침예절** 실천
- ◇ 자기 손으로 눈, 코, 입 만지지 않기
- ◇ 창문을 열어 자주 **환기**하기
- ◇ 유행 시기에 **사람이 많이 모이는 장소** 가지 않기
- ◇ 인플루엔자 의심 증상(발열 및 기침, 인후통 등)을 보이는 사람과 접촉을 피하기
- ◇ 인플루엔자 의심 증상(발열 및 기침, 인후통 등) 발생 시 의료기관을 방문하여 진료를 받은 후 집에서 충분한 휴식 및 수분·영양 섭취
- ◇ **증상 발생 후 5일이 경과하여야 하고 해열제 없이 체온 회복 후 48시간까지** 어린이집, 유치원, 학교 및 학원 등에 **등원, 등교를 하지 않도록 함**

인플루엔자 예방수칙

예방접종 받기



증상발생 시 진료받기

한류무연사 의진 주사 농정사 의원기관 방문하여 진료요시연명 및 기호 인출함



진료



기침



마스크



장갑

가습제습 실천

나와 타인들 위한 비려, 가습제습 실천하기



가습제습
비려 전 가습기



가습제습 비려 전 가습기
비려 전 가습기



가습제습 비려 전 가습기
비려 전 가습기



가습제습 비려 전 가습기
비려 전 가습기

올바른 손씻기의 생활화

소요는 물에 비누로 30초 이상 손씻기



흐르는 물에 비누로
30초 이상 손씻기



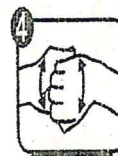
손바닥



손등



손가락 사이



두손 모아



엄지 손가락



손톱 밑



고령 환자나 노인 재택기후
비려 전 가습기

◆ 인플루엔자 등교 중지 안내

- 증상 발생 후 5일이 경과하여야 하고 해열제 없이 체온 회복 후 48시간까지 어린이집, 유치원, 학교 및 학원 등에 등원. 등교를 하지 않도록 합니다.
- 등교 재개시 진료확인서, 의사소견서, 진단서 중 1개를 담임 선생님께 제출해주세요. 감염병으로 인한 등교 중지는 출석으로 인정됩니다.

2019년 12월 6일

군 산 동 원 중 학 교 장

