



5월 보건소식

발행일 : 2018. 5. 28
발행인 : 교장 고 문 석
살판이 : 교감 김 재 근
만든이 : 보건교사 이정술

학부모님 안녕하십니까?

최근 수두 및 수족구병이 초등학교 학생들 사이에서 발생하고 있어 감염병 예방에 각별한 주의가 요구되고 있습니다. 수두 및 수족구는 전염성이 아주 강하므로 확산되지 않도록 다음사항을 지켜주시고 증상이 보이면 병원진료를 받고 등교중지를 부탁드립니다.

구분	수두	수족구
원인균	varicella-zoster	코사키 바이러스 A16
감염경로	감염된 사람의 호흡기 분비물, 피부병변과의 직접적인 접촉을 통해서 전염 ※ 피부병변: 수두로 인해 피부에 생긴 발진(빨간점)이나 수포(물집) 부위	감염된 사람의 대변 또는 분비물(침, 가래, 코, 수포의 진물 등)과 직접 접촉을 통해 전염
두통, 발열	○	○
발진(빨간점)	○ (두피, 얼굴, 몸통에서 먼저 시작하여 나중에 팔다리에도 생김) 	○ (손, 발에 수포성 발진) 
수포(물집)	○ (가려움)	○ (혀, 볼점막, 입천장 등에 많이 생김)
예방접종	○	
격리기간	모든 피부병변에 가피(딱지가) 생길 때까지	수포발생 후 6일 또는 가피가 생길 때까지
예방법	① 외출 뒤 손·발을 잘 씻고 양치질을 하는 등 개인위생을 철저히 해야 합니다. ② 수두, 수족구 증상이 있는 어린이와(형제자매, 친구) 접촉을 피합니다. ③ 수두 예방접종을 못했다면 접종을 받도록 합니다. ④ 사람이 많이 모이는 곳은 마스크를 착용하도록 합니다.	
의심 또는 발생한 경우	① 의사의 진찰과 치료를 받습니다. (의사의 정확한 진단 필요) ② 담임선생님께 전화로 알리고 등교하지 않습니다. (등교 시 진료확인서 제출 → 출석인정) ③ 모든 피부병변과 상처는 깨끗이 관리하고 2차감염이 되지 않도록 주의 합니다.	

올해 봄은 미세먼지 농도가 높은 날이 증가하면서 학생들의 건강상 피해가 우려되고 있습니다. 우리의 건강을 위협하는 미세먼지의 위해성과 미세먼지 농도에 따른 행동요령을 안내해 드리며, 학생들이 등교 및 외출 시 인증된 마스크를 착용할 수 있도록 해주시기 바랍니다. 예산상의 이유로 학교에서 미세먼지 마스크는 지급하지 못하고 있습니다.

고농도 미세먼지 대응요령

미세먼지 '나쁨' 이상인 경우, 호흡기·심혈관계·천식 등 민감군은 '보통' 수준에도 준수

■ 장시간 실외활동 자제

- 대기오염이 높은 시간, 장소 피하기 (출·퇴근시간, 도로·공장 등)
- 활동량이 커지면 호흡률이 증가하여 미세먼지 흡입이 증가하므로 외출시에는 활동량 줄이기

■ 외출 시 황사마스크 착용

- 식품의약품안전처가 인증한 보건용 마스크 이용하기
(KF80, KF94, KF99)
- 올바른 마스크 사용방법을 숙지하기
- 호흡기, 심혈관질환, 천식환자는 의사와 상의 후 사용하기

<보건용 마스크(KF80, KF94, KF99)의 올바른 사용 방법>



■ 외출 후 손, 얼굴 깨끗이 씻기

- 외출 후 미세먼지가 실내에 들어오는 것을 방지하기 위해 손, 발, 얼굴을 깨끗이 씻기
- 병원균을 제거하여 호흡기 감염을 예방하기 위한 올바른 손씻기 실천하기

■ 수분, 과일, 채소 등 충분히 섭취하기

- 노폐물을 내보내는 효과가 있는 물을 충분히 마시기
- 항산화 효과가 있는 과일을 충분히 먹기
(과일, 채소는 흐르는 물에 깨끗이 씻은 후 섭취)

■ 창문을 닫아서 실외공기가 실내로 유입되는 것을 최소화하기

- 요리를 할 때 초미세먼지가 급증하므로 반드시 환풍기 작동
- 청소기 대신 물걸레 사용하기
- 흡연 및 간접흡연 피하기