



3월 보건소식

발행인 : 교 장 양민자
지도인 : 교 감 강준균
편 집 : 보건교사 최윤희
발행일 : 2024. 3. 7

예방접종 안내

1학년 예방접종 안내

- DTaP디프테리아, 파상풍, 백일해 5차까지
- MMR (홍역, 유행성이하선염, 풍진) 2차까지
- 폴리오 (소아마비) 4차까지
- 일본뇌염(사백신)-4차까지 (생백신)-2차까지

모든 신입생 (1학년생은) 100% 접종이 완료되어야 합니다.

-미접종자는 1학기 내에 반드시 접종 부탁드립니다.

-자연접종으로 추가접종이 생략되는 경우

* DTaP 4차 접종이 지연되어 만 4세 이후에 실시된 경우 5차 접종 생략

*폴리오 3차 접종이 지연되어 만 4세 이후에 실시된 경우 4차 접종 생략

*일본뇌염 사백신 3차 접종이 지연되어 만4세 이후에 실시된 경우 4차 접종 생략

6학년 예방접종안내

만11~12세에 받아야 하는 예방접종 2종 Tdap디프테리아.파상풍,백일해(또는 Td디프테리아)6차, HPV(사람 유두종바이러스감염증) 1차(여학생만 대상) **중학교 입학 전까지** 완료해야합니다.

단 DTaP 백신 접종력이 불완전한 만7세~10세 어린이가 Tdap(또는 Td)백신을 접종한 경우 만 11세~12세에 추가접종 (Tdap또는 Td)을 합니다.

정확한 접종일정은 의사와 상담바랍니다.

4학년 구강건강 진료 지원 추진

가. 지원 대상: 2024학년도 관내 초등학교 **4학년** 학생

나. 학생 진료 기간: 4월 ~ 11월

* **상세 일정은 추후 가정통신문을 통해 재 안내 예정**

다. 지원 금액: 1인당 연 40,000원 이내 진료기간 이후 도교 육청에서 치과 병(의)원 진료비 지급

라. 지원 범위: 불소도포, 치면세균막검사, 치아홈메우기, 치석제거, 치아우식초기치료, 구강보건교육 등

마. 행정 사항: 모든 학생은 첫 진료를 받은 병원에서 진료 완료(2개월 이상의 병원 진료 불가)

바. 진료 병원 방문 절차: 휴대폰 앱(덴티아이) 설치이후 개인정보동의서 및 사전설문조사를 작성하고 진료병원을 검색 한 후 전화로 진료 예약

※ 지자체 구강건강 지원 등 중복 지원 제외

※ 전학 예정 학생은 전학가기 전, 첫 진료받은 치과에서 진료완료

감염병 관리

감염병이 의심되면?

☞ 담임선생님께 연락 ⇨ 병원진료 ⇨ 등교중지

☞ 완치 판정 또는 전염력이 없다는 의사의 진단이 있을 때까지 가정에서 격리 치료

(※ 학원이나 사람이 많은 곳에도 가지 않기)

☞ 병명과 치료 및 격리기간이 명시된 **의사소견서**

또는 진료확인서를 학교에 제출하면 출석 인정됨.

* 등교 전 발열, 기침, 인후통 등 인플루엔자, 코로나19 의심 증상시 담임교사에게 연락 후 등교하지 않고 진료 후 집에서 휴식

감염병 예방수칙

① 기침 예절

- 기침할 때는 휴지나 옷소매 위쪽으로 입과 코를 가리고 하기

- 기침 후 올바른 손 씻기 실천

- 호흡기 증상이 있을 시 마스크 착용



② 올바른 손 씻기 및 손 소독



1 손바닥과 손바닥을 마주대고 문질러 주세요



2 손등과 손바닥을 마주대고 문질러 주세요



3 손바닥을 마주대고 손가락을 끼고 문질러 주세요



4 손가락을 마주잡고 문질러 주세요



5 엄지손가락을 다른 편 손바닥으로 둘러주며 문질러 주세요



6 손가락을 반대편 손바닥에 놓고 문지르며 손톱 밑을 깨끗하게 하세요

- 흐르는 물에 비누로 30초 이상 손 씻기

- 외출 후, 배변 후, 식사 전·후, 코를 풀거나 기침·재채기 후 실시

- 손 씻기를 권장, 비누와 물 사용할 수 없을 때 손 소독제 사용

③ 씻지 않은 손으로 눈, 코, 입 등을 만지지 않기

④ 발열, 기침, 콧물 등 호흡기 증상자와 접촉 피하기

미세먼지 민감군 안내

■ 천식, 아토피, 알레르기, 호흡기질환, 심혈관질환을 가진 **미세먼지**와의 연관성이 있는 민감군의 경우 등교시간대 (오전 8시~9시)거주지 또는 학교 주변 실시간 미세먼지 농도가 나쁨이상일 경우 관련 연관성이 드러나는 내용의 **의사소견서**를 담임교사에게 사전에 학교에 제출하여 담임교사에게 해당일 연락한 뒤 **질병 결석** 처리 가능합니다.

홍역 예방관리

2023.11.1.

질병관리청

홍역의 정의와 증상

기침 또는 재채기 등 비말과 공기를 통해 전파되는 감염병으로 전염성이 매우 높은 것이 특징입니다.

※ 홍역에 대한 면역이 불충분한 사람이 환자와 접촉 시, 90% 이상 감염

홍역 주요 증상 (잠복기 7~21일)

전구기

발진기

회복기



전염력이 강한 시기로
발열, 기침, 콧물, 결막염,
구강 내 반점 등 발생



목 뒤, 귀 아래, 몸통,
팔다리, 손·발바닥에
홍반성 발진 발생



발진이 사라지면서
색소 침착

※ 기관지폐렴, 크론 등 호흡기 질환, 설사, 급성뇌염 등의 합병증 발생 가능

2/7

잠복기 7~21일(평균 10~12일)

전염기 발진 4일 전부터 4일 후 까지

감염경로 호흡기 분비물 등의 비말 또는 공기감염을 통해 전파

격리기간 발진이 나타나기 4일전~ 발진이 시작된 후 4일까지

약물오남용예방교육

초등학교 어린이는 약물에 대한 반응이 민감하고 약물을 사용할 때 결과를 예측하기 어려워 어린이에게 의약품을 복용시킬 땐 이상 반응에 주의해야 합니다.

학교 보건실에서는 아동들에게 꼭 필요한 상황이 아니면 약을 함부로 사용하지 않으며, 필요시에만 안정성이 높은 단일약품을 사용하고 있습니다.



약물의 올바른 사용법 : 의사와 약사의 지시에 따라 처방, 용법, 치료목적, 유효기간 등을 정확히 지켜 사용하는 것이며, 약은 일반적으로 물과 함께 복용하는 것이 좋습니다.

※ 반복되는 증상이나 평소보다 심한 증상을 호소할 경우 반드시 병원에서 진단, 치료 처치를 권고하며 가정에서 약물 복용지도 부탁드립니다.

올바른 생활습관 형성하기

◆ 아침 식사하기

아침 식사는 뇌에 혈액 공급을 원활하게 해 뇌 활동을 돕습니다. 뇌에 포도당이 적절하게 들어오지 않으면 집중력 발휘가 어렵습니다.

※ 공복으로 인한 속쓰림, 두통을 호소하는 학생이 많으므로 소량의 음식이라도 섭취하여 등교하도록 지도 부탁드립니다.

◆ 충분한 수면 취하기

부족한 수면은 학업 능력을 감소시키고 면역력 저하, 뇌 활동 저하 등에 영향을 미칩니다.

◆ 적절한 체온 유지하기

체온유지는 면역력과 상관관계가 높습니다.

◆ 주2~3회 운동하기

성장 발달 단계에서 적절한 운동으로 체력을 키우고 사회적, 심리 정서적 측면에서도 적절한 운동을 통한 긍정적 자아정체감 형성에도 도움을 줄 수 있습니다.

학부모와 함께하는 사이버폭력예방

사이버폭력이란: 정보통신망과 기기를 이용하여 신체, 정신 또는 재산상의 피해를 수반하여 발생하는 모든 폭력 행위를 의미합니다.

◆ 사이버 폭력의 특징:

1. 은밀하게 발생할 수 있어요.
비대면 사어비 공간에서 일어나는 사이버 폭력은 매우 개인적이고 은밀하게 발생 할수 있어요.
2. 시간과 공간의 제한이 적어요.
3. 가해행동이 집단적으로 이루어질 수 있어요.
자신의 숨길 수 있는 익명성 때문에 다수가 손쉽게 가담 할 수 있어요.
4. 전파성과 복제성이 높아요.
인터넷과 sns를 통해 피해자를 공격하는 소문이나 허위 사실 등이 빠르게 복제, 확산되어 피해를 확산 시킬 수 있어요.
5. 기록이 영구적으로 남을 수 있어요.
사이버상 기록된 내용은 빠른 전파성으로 인해 완전한 삭제가 어려워요. 피해자 뿐만 아니라 가해자도 평생 기록에서 자유롭지 않답니다.

◆ 사이버 폭력, 이럴 때 주의 깊게 살펴보세요.

1. 자녀가 갑자기 계정을 탈퇴하거나 아이디를 삭제
2. 잘 모르는 사람들이 자녀의 이야기나 소문을 알고 있음
3. 컴퓨터 혹은 스마트기기를 사용하는 시간이 지나치게 많아짐
4. 불안한 기색으로 스마트 기기를 자주 확인하고 민감하게 반응함
5. 용돈을 많이 요구하거나 스마트 기기의 사용요금이 지나치게 많이 나옴.
6. sns 상태 글귀나 사진의 분위기가 우울하거나 부정적으로 바뀜

◆ 사이버 폭력을 예방하는 방법

1. 평소에 대화를 통해 **바른 언어 습관**을 기르도록 하고 자녀의 온라인 활동에 관심을 가지고 살펴봅니다.
2. 음란물과 폭력물 등 유해정보를 차단하는 소프트웨어를 설치합니다.
3. **사이버상의 상대방을 현실세계처럼 존중하도록 알려줍니다.**
4. 스마트기기, 컴퓨터의 사용법을 익히고 자녀들의 무분별한 사용을 제한하도록 합니다.
5. **사이버폭력에 대해 자녀와 주기적으로 대화를 나누고 발생시 대처법과 어른과 먼저 상의하도록 지도합니다.**
6. 사이버상에서 부모의 주민등록번호 등 개인정보를 사용하지 않도록 관리합니다.