

	<h1 style="text-align: center;">은 화 교 육 통 신</h1> <h2 style="text-align: center;">(3월 보건소식지)</h2>	<p style="text-align: center;">더불어 바르게 굳세게</p>
<p style="text-align: center;">홈페이지 : <a href="http://www.eunhwa.sc.kr">http://www.eunhwa.sc.kr</a> 교무실 220-0902 보건실 220-0942</p>		

**새** 학기의 긴장과 설렘이 바람이 찾아오는 봄, 친구들의 본교 입학과 새 학년으로의 진급을 축하합니다. 청소년 시기에 올바른 건강습관을 가지고 자신의 건강을 지키는 것은 평생 건강의 밑거름이 됩니다. 매월 찾아가는 보건 소식지를 통해 스스로 건강을 관리하는 방법을 배워, 미래의 건강한 모습을 꿈꾸는 3월로 만들어가요!

### ※ 보건실 소식 ※

- ☆ 보건소식지는 매월 초에 발행되며 학교 홈페이지에서도 볼 수 있습니다.
- ☆ 3월은 건강조사기간입니다. 건강한 학교생활을 위해 가정으로 배부된 건강조사서에 해당 내용을 정확하고 자세하게 기록하여 담임 선생님 또는 보건 선생님께 제출해주세요.
- ☆ 새 학년을 건강하고 힘차게 시작합시다.

#### • 보건실 이용 안내

- 보건실 위치 : 구관 2층
- 보건실 역할 : 응급처치 및 상처 등의 치료, 건강관련 상담, 보건교육, 성교육 등
- **성 고충상담창구 운영**

학교에서는 여러분을 도와주는 성 고충상담창구를 보건실에 설치하여 운영하고 있습니다. 성과 관련된 문제가 발생했거나 상담이 필요한 경우에는 언제든지 방문하여 도움을 받기 바랍니다. 성희롱, 성폭력 등 성과 관련된 문제가 발생했을 때에는 부모님, 담임 선생님, 보건 선생님 등 어른에게 먼저 알려야한다는 사실, 기억하세요!

### ※ 건강한 학교생활을 위한 습관 ※

새로운 환경에 적응하려다보면 두통, 복통 등 신체적 불편함이 찾아올 때가 많습니다. 이럴 땐 부모님께 자신의 건강에 대해 이야기하고, 비타민이 풍부한 과일을 먹거나 충분히 휴식을 취하는 것이 도움이 됩니다. 이 밖에 학기 초, 지켜야 될 건강습관은 무엇이 있을까요?

- ☆ 1830 손 씻기 (하루에 8번, 30초 이상)
  - 비누를 이용한 깨끗한 손 씻기는 감염성 질환의 70%를 예방할 수 있어요.
- ☆ 매 식사 후 양치하기
- ☆ 안전하게 행동하기
  - 교실, 복도 및 계단에서 뛰지 않아요.
- ☆ 감정 표현을 정확하게 하기
  - 싫은 느낌이 들 때에는 분명하게 '싫어요.'라고 말해요.

## \*학령기에 걸리기 쉬운 감염병\*

최근 인플루엔자(독감)의 유행이 심각하여 대두되었는데요, 인플루엔자를 포함한 법정 감염병에 걸리게 되었을 때 처리절차를 아래와 같이 안내해드립니다.

증상확인	담임 선생님께 유선으로 연락	병원진료	등교중지 (가정에서 격리치료)	의사소견서를 학교로 제출	출석인정
------	--------------------	------	------------------------	------------------	------

※ 의사소견서에는 질병명과 치료·격리기간이 명시되어 있어야 합니다.

※ 아동이 예방접종을 받지 않은 경우에는 가까운 병·의원에서 예방접종을 받아 가급적 질병에 걸리지 않도록 협조해주시기 바랍니다.

### 학령기에 걸리기 쉬운 감염병의 종류

병명	초기증상	등교중지기간
수두	발열, 발진, 수포	모든 발진이 딱지가 될 때까지(발진 하루 전~7일간)
홍역	발열, 발진, 구강점막에 좁쌀모양의 흰점	열이 내리고서 3일이 지날 때까지(발진 발생 전 4일전~발진 후 5일까지)
풍진	가벼운 감기증상, 발열, 발진	모든 발진이 딱지가 될 때까지(발진이 나오기 1주일 전~발진 후 4일간)
결핵	피곤, 기침, 체중감소, 식은 땀	치료시작 후 2주까지
일본뇌염	몸의 피로, 고열	급성증상이 완전히 나을 때까지
유행성 이하선염	발열, 귀밑 부종, 식욕부진	귀밑의 부어오른 것이 가라앉을 때까지
유행성 결막염	충혈, 안구통증, 눈부심	의사가 등교해도 된다는 진단을 받을 때까지
A형간염	고열, 권태감, 식욕부진, 오심, 복통, 황달	감염자의 경우 증상발생 후 2주간
인플루엔자	38도 이상의 고열, 기침, 콧물, 코막힘, 두통, 구토	증상 발생일로부터 5일 후 해열제 없이 정상체온 회복되면 2일 후 등교

※ 학생의 상태에 따라 등교중지 기간 및 질병 상황이 변할 수 있습니다.