

 http://www.iksan.es.kr	<p style="text-align: center;">가 정 통 신 문</p> <p style="text-align: center;">인플루엔자 등 호흡기 감염병 예방 안내</p>	<p>스스로 열심히 공부하고 바르게 자라서 나라의 큰 일꾼이 되자</p>
---	---	--

안녕하십니까? 최근 큰 일교차로 인해 인후통, 발열 등 호흡기 증상을 호소하는 학생이 늘고 있습니다. 전국에 인플루엔자(독감) 유행주의보가 발령되고, **본교에도 호흡기 감염병이 지속적으로 발생**하고 있어 예방관리에 더욱 신경을 써야 할 때입니다. 안전하고 건강한 학교생활을 위해 인플루엔자 예방수칙 및 주의사항을 안내하오니 가정에서 주의깊게 관찰과 예방 등 협조를 부탁드립니다.

구분	내 용
예방수칙 준수	<ul style="list-style-type: none"> ■ 흐르는 물에 30초 이상 비누로 손 씻기 ■ 마스크 착용(코, 입을 완전히 가리기) 및 기침 예절 지키기 ■ 적절한 환기, 충분한 수분 및 영양 섭취, 휴식 ■ 유행 시기에는 사람이 많이 모이는 장소에 가지 않기 ■ 발열, 기침, 인후통 등 의심 증상이 있을 시 의료기관 방문하여 진료 받기 ■ 인플루엔자 예방접종 하기(만 13세 이하 어린이는 무료 접종)
진단검사 실시	<ul style="list-style-type: none"> ■ 인플루엔자는 호흡기 바이러스 감염병으로 일반적인 감기 증상과 함께 고열, 근육통 등 전신증상이 나타납니다. ■ 증상만으로 감기와 인플루엔자는 구별하기 어렵고, 진단검사를 통해 구별합니다. ■ 의심 증상이 있을 시 병원에 방문하여 진단검사와 진료를 받아야 합니다.
등교중지 및 출석인정	<ul style="list-style-type: none"> ■ 인플루엔자는 등교중지 대상 법정 감염병입니다. ■ 등교중지 기간 : “해열제 없이” 정상체온 회복 후 24시간이 경과 할 때까지 - 중증의 증상을 보이거나 면역저하자 등의 경우 의사의 판단에 따라 등교중지 기간이 달라질 수 있습니다. ■ 치료, 완치 후 병명, 격리 기간이 기록된 증빙서류(의사 소견서 또는 진료확인서)를 담임교사에게 제출하여야 결석한 기간이 출석으로 인정됩니다.

2023. 10. 30.

익 산 초 등 학 교 장

인플루엔자 바로 알기 (Q&A)

1. 인플루엔자란 어떤 질병인가요?

인플루엔자는 흔히 독감이라고도 불리며, 인플루엔자바이러스에 의한 감염성 호흡기 질환입니다. 인플루엔자의 임상증상은 경증에서 중증까지 나타날 수 있으며, 심한 경우 입원이 필요하거나 사망에까지 이를 수 있습니다. 특히, 만 65세 이상 어르신, 어린이, 임신부, 폐질환/심장질환 환자, 특정 만성질환 환자, 면역저하자 등은 폐렴 등 합병증이 발생하거나 입원할 위험이 높습니다.

2. 인플루엔자는 어떻게 전염되나요?

인플루엔자는 기침, 재채기 등을 통해 사람끼리 전염됩니다. 기침/재채기에 의해 다른 사람이나 물체에 묻은 비말을 만진 손을 씻지 않고 눈, 입 또는 코를 만질 경우에도 인플루엔자 바이러스에 감염될 수 있습니다.

3. 인플루엔자에 감염되면 의심 증상은 무엇인가요?

인플루엔자바이러스에 감염되면 1~4일(평균 2일) 후에 증상이 나타납니다. 인플루엔자는 발열, 기침, 두통, 근육통, 콧물, 인후통 등의 증상이 나타납니다. 소아는 오심, 구토, 설사 등이 나타나기도 합니다. 발열과 같은 전신증상은 일반적으로 3~4일간 지속되지만, 기침과 인후통 등은 해열된 후에도 며칠간 더 지속될 수 있습니다.

4. 건강보험이 적용되는 인플루엔자 치료제가 있나요?

인플루엔자에 사용되는 항바이러스제 종류로는 오셀타미비르, 자나미비르가 있으며, 의사의 처방에 따라 복용하시면 됩니다.

5. 인플루엔자로 진단받은 경우 등교나 출근을 할수 있나요?

인플루엔자로 진단받은 경우는 해열 후 24시간이 경과하여 감염력이 소실될 때까지 등교, 등원, 출근 등을 하지 않고 집에서 휴식을 취해야 합니다. 집에서 휴식을 취하는 동안 가정 내의 65세 이상 고령자 등 고위험군과의 접촉은 피해야 하며, 병원 방문 등의 꼭 필요한 경우 외는 외출을 삼가야 합니다. 다시 등교나 출근을 하기 위해서는 **해열제 복용없이도 해열이 된 후 최소 24시간 이상 경과를 관찰해야 합니다.**

6. 인플루엔자 유행은 언제 시작하고 끝나나요?

우리나라는 통상적으로 11월~4월 사이 인플루엔자가 유행하지만, 최근 2년간 인플루엔자 유행은 없었습니다. 또한, '22년에는 이례적으로 과거 절기와 다르게 여름철에 인플루엔자 바이러스 검출이 지속되고 있어 지역사회 유행 상황을 주의 깊게 볼 필요가 있습니다. 또한, 인플루엔자 유행 시기는 매년 다르므로 시작과 끝을 예측하기는 어렵습니다. 인플루엔자 유행 상황은 질병관리청 홈페이지 감염병통계포털*에 매주 게시하고 있으니 참고하시기 바랍니다.
* 감염병 통계포털 누리집 바로가기 : <http://www.kdca.go.kr/npt>

7. 인플루엔자와 코로나19 어떻게 구분하나요?

인플루엔자와 코로나19는 둘 다 호흡기바이러스 감염병으로, 증상만으로 두 감염병을 정확히 구별하기는 어려우며, **검사를 통해 구별할 수 있습니다.** 다만, 인플루엔자는 상대적으로 38℃ 이상의 갑작스러운 고열과 근육통, 두통이 발생하는 경우가 많고, 코로나19는 일반적인 호흡기 증상 이외에도 후각 또는 미각의 저하나 후각곤란 등의 특징이 있습니다.

23-24절기 인플루엔자 유행주의보 발령 안내

⚠ 2023년 9월 15일(금) 0시

발열 및 호흡기 증상이 있을 경우 가까운 의료기관을 방문하여 신속하게 진료를 받으시길 바랍니다.



인플루엔자란?

- ▶ 흔히 **독감**으로 불리며, 주로 기침, 재채기 등 사람의 호흡기비말을 통해 전파
- ▶ 감염 되면 1~4일(평균 2일) 후에 증상이 나타나며, **38°C 이상 고열, 기침, 인후통, 두통, 근육통, 피로감, 쇠약감, 식욕부진 등 전신증상**을 보임



인플루엔자 유행주의보란?

- ▶ 지역사회 내 인플루엔자 유행을 알리기 위한 발령 체계
- ▶ 23-24절기('23.9월~'24.8월) 유행기준: 외래환자 1천 명당 6.5명
- ▶ 23-24절기는 **9월 15일(금) 0시에 유행주의보 발령**

※ 작전 절기 유행주의보 해제없이 유행주의보 발령 지속



유행주의보 발령시

- ▶ 고위험군은 검사 없이도 의심증상만으로 항바이러스제 처방 시 요양급여 적용

고위험군

소아, 임신부, 만65세 이상 어르신, 면역저하자, 대상장애 등 기저질환자



호흡기감염병 예방수칙

호흡기감염병 예방수칙

- 올바른 손씻기 (흐르는 물에서 비누로 30초 이상)
- 기침 예절 지키기
- 씻지 않은 손으로 눈, 코, 입 만지지 않기
- 호흡기 증상이 있을 경우 마스크 착용 및 다른 사람과의 접촉을 피하고 진료받기
- 인플루엔자 예방접종 받기



접종기관 등은 예방접종도우미 (nip.kdca.go.kr)에서 확인 가능



감염병 예방은 내 손으로, 올바른 손씻기!

올바른 손씻기의 질병 예방 효과

호흡기 질환



20% 발생 예방

설사 질환



30% 발생 예방

손씻기는 미국질병예방통제센터(CDC)에서
셀프백신('do-it-yourself' vaccine)으로 언급할 만큼
각종 감염병을 예방하는 가장 손쉽고 효과적인 방법입니다.

인플루엔자 관련 정보는 질병관리청 감염병누리집(npt.kdca.go.kr)
「감염병 표본감시 주간소식지」에서 확인하세요!