



# 3월 보건소식지

발행인 교장  
 편집인 보건교사  
 발행일 2022.3.15.

익산중학교 신입생 여러분의 입학 축하드리며, 또 재학생 여러분께도 반가움의 인사를 전합니다.  
 매월 발행되는 보건소식지와 함께 한 해 동안 건강한 학교생활을 해보도록 합시다.

## 보건실 이용 안내



1. 보건실 위치 : 2층 오른쪽 복도 끝 (남자 화장실 옆)
2. 보건실 이용 대상: 전교생
3. 응급상황이 아니면 쉬는 시간이나 점심 시간을 이용하며, 수업시간에 보건실을 이용할 때는 교과 선생님께 보건실 이용 확인증을 제출합니다. - 침상 안정 시 1시간을 원칙으로 합니다.
4. 건강상 문제가 있어 병원에 다니고 있거나 약물을 복용하고 있는 학생은 꼭! 보건실에 와서 이야기해 주세요.
5. 부축이 필요한 경우가 아니라면 보건실은 혼자 오도록 하며, 코로나19 감염 우려로 거리두기를 지켜주세요.

## 황사 및 미세먼지 발생시 건강관리

### 미세먼지 예보 사이트

- <http://www.airkorea.or.kr/> - 모바일앱 <우리동네 대기정보> / 에어코리아



미세먼지 농도 및 행동 요령					
예보내용		농도별 예보등급 (μg/m³)			
		좋음 (😊)	보통 (🙂)	나쁨 (😞)	매우나쁨 (😡)
예보물질	미세먼지(PM10)	0~30	31~80	81~150	151 이상
	초미세먼지(PM2.5)	0~15	16~35	36~75	76 이상
행동요령	*취약계층	건강관리 및 적절한 치료 유지	몸상태에 따라 유의하여 활동	무리한 실외활동 자제	가급적 실내활동
	일반인	-	-	장시간 무리한 실외활동 자제	장시간 또는 무리한 실외활동 자제

※ 취약계층 : 어린이, 노인, 임산부, 기저질환자(심폐질환자, 호흡기질환자, 천식 등)

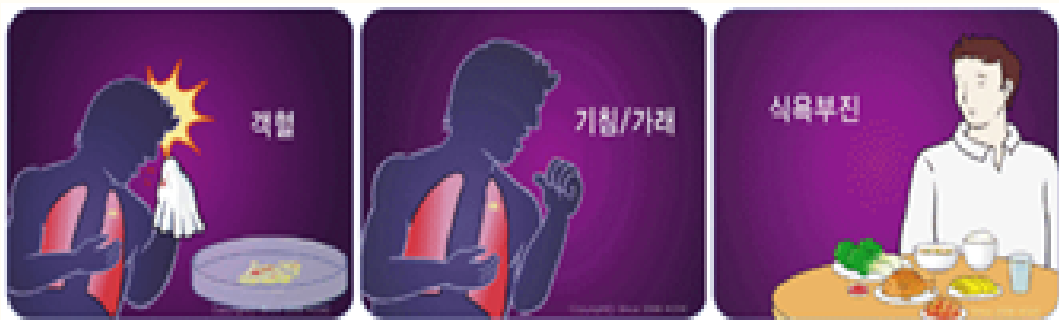
### 미세먼지 높은 날 건강 생활 수칙

- ☑ 장시간 실외활동 자제
- ☑ 외출 시 보건용 마스크 착용
- ☑ 외출 후 손, 얼굴 깨끗이 씻기
- ☑ 수분, 과일, 채소 등 충분히 섭취하기
  - 노폐물을 내보내는 효과가 있는 물을 충분히 마시기
  - 항산화 효과가 있는 과일을 충분히 먹기
- 창문을 닫아 실외공기의 실내 유입 최소화하기
- ☑ - 청소기 대신 물걸레 사용하기

## 3월 24일은 세계 결핵의 날



결핵은 공기로 감염되는 제3군 법정감염병으로 학생들은 교실에서 장시간 함께 생활하기 때문에 결핵 환자가 한 명이라도 발생하면 급속도로 확산되기 쉬운 호흡기 감염병입니다. 주로 폐결핵 환자로부터 나온 미세한 침방울 혹은 비말핵(droplet nuclei: 기침이나 재채기로 결핵균이 들어 있는 입자가 공기 중에 나와 날아다니기 쉬운 형태로 된 것)에 의해 감염됩니다.



## 학교 응급 절차안내



근거: 응급의료에 관한 법률 시행규칙 제2조 제1호 관련)

▶**위급하지는 않지만 병원진료가 꼭 필요한 경우**에는 보건실에서 일차적인 처치를 하고 보호자에게 연락하여 보호자가 학생과 동행하여 병원 진료를 받습니다.

▶**위급한 응급상황 발생 시**에는 보호자와 연락 후 교사가 학생과 동행하여 인근병원으로 후송 조치하게 됩니다.

▶**움직이기 어렵거나 생명을 위협하는 위급상황이 발생시**에는 119구조대에 연락 하며, 교사가 동행하여 학생을 병원으로 신속히 후송합니다.

## 신속항원검사 키트 배부 및 검사



1. 검사 기간	2022.3.2.(수)~3.31.(목) 실시 계획
2. 키트 배부	매주 수, 금요일 배부 예정
3. 검사 방법	수·일요일 저녁 검사 → 목·월요일 건강상태 자가진단 입력
4. 결과 조치	음성인 경우: 등교 양성인 경우: <b>즉시 담임교사에게 연락 및 PCR 검사 실시</b>

건강하고 즐거운 새학기를 맞이해봅시다~!

