



3월 보건소식

발행 : 교 장
발행처 : 보건실
발행일 : 2025.03.07.

희망찬 봄과 함께 새 학기가 시작되었습니다. 새내기 1학년 학생들의 입학과 재학생의 진급을 진심으로 축하드립니다.

보건소식은 학생들과 선생님 그리고 가족들의 건강증진을 위해 여러분을 찾아갑니다.

손씻기, 규칙적인 생활, 매일 양치질하는 습관, 음식을 골고루 꼭꼭 씹어 먹기 등 좋은 건강 습관으로 내 몸의 건강 지킴이가 되어 봅시다.

건강소식지를 통해 학생과 학부모님께 도움이 되고 건강한 학교생활을 위한 건강길잡이가 될 수 있도록 자세히 읽어보시기 바랍니다.



성고충 상담창구 운영

본교에서는 학생 및 교직원의 성희롱, 성폭력, 성매매 등 성과 관련된 문제가 발생하였을 때 여러분을 도와드리는 성고충 상담창구를 아래와 같이 운영하고 있으니 필요할 때 도움을 받으시기 바랍니다.

1. 성희롱고충상담창구 : 1층 보건실/1층 상담실
2. 성희롱 사이버 신고 센터 : ☎1366 ☎1388 ☎117

성폭력이란 신체적인 접촉을 얼마나 했는가의 문제가 아니며 가벼운 추행이더라도 상대방의 동의가 없었고 당하는 사람의 심정이 용서할 수 없을 정도의 모욕감을 느낀다면 성폭력으로 봅니다. 이런 상황에서 성희롱의 행위를 중지하도록 차분하고 명확한 어투로 자신의 느낌과 생각을 분명하게 표현해야 합니다.

학교 응급처치 절차 안내

「학교교육과정」중에 발생하는 모든 안전사고의 경우, 학교 응급관리 절차에 따르게 됩니다.

1. 위급하지 않으나 병원 진료가 필요한 경우, 보건실에서 응급조치하고 담임교사가 보호자에게 연락하여 연계함을 원칙으로 합니다.
2. 위급하다고 판단되는 경우, 보호자에게 연락 후 교사와 동행하여 인근 병원으로 우선 이송합니다.
3. 움직이기 어렵거나 생명을 위협하는 위급상황 발생 시에는 119구조대에 연락하며, 교사가 동행하여 학생을 병원으로 신속히 후송합니다.

(근거:『학교응급환자절차관리』매뉴얼)

봄철 질병 사고 예방 수칙

새 학기, 건강하게 시작하자!
봄철 질병·사고 예방수칙

새 학기에는 개학, 입학식 등 각종 단체 활동과 대인관계가 증가하여 **감염병 전파 및 사고 위험성이 높아집니다.**

또한, 봄철은 꽃가루 알러지, 미세먼지 등 **알레르기 유발 요인도 많은 계절입니다.**

따라서 학령기 소아 청소년과 보호자의 주의가 필요합니다.

단체 활동, 대인 접촉 시 유의하세요!
인플루엔자, 백일해, 수두 및 유행성이하선염

인플루엔자, 백일해, 수두 및 유행성이하선염은 **개학 이후 집단생활을 하는 학생들 사이에서 전파될 가능성이 있습니다.**

호흡기 감염병 예방수칙을 확인하고, 준수해 주세요.

호흡기 감염병 예방수칙

- 올바른 손씻기와 생활위생
- 기침예절 실천하기
- 사람이 많고 밀폐된 장소에서는 마스크 착용하기
- 주기적으로 실내 환기하기
- 발열 및 호흡기 증상 시 등교를 자제하고 충분한 휴식 취하기
- 증상이 지속될 경우 의료기관 방문해 진료받기

아토피 피부염, 천식 등 **알레르기 질환 예방관리수칙**

새 학기가 시작되는 봄철은 꽃가루, 미세먼지 등 **알레르기 발생 및 악화 요인이 많은 계절로** 소아 청소년의 알레르기 질환에 대한 건강 관리에 더욱 신경 써야 합니다.

아토피 피부염

- 물차린 목욕 및 피부관리
- 적절한 실내 온도와 습도 유지

천식 - 알레르기 비염

- 실내를 청결하게 유지하기
- 대기오염이 심한 날은 외출 삼가거나 마스크 착용하기
- 환기와 약화요인을 검사해 확인 후 회피하기

식품알레르기

- 의사와 진료를 통해 알인식을 제한하기
- 공급약 소지 및 사용법 숙지하기
- 식품 섭취 전 성분 확인하기

등하교 시 특히 주의하세요!
손상사고 안전수칙

소아 청소년 손상 발생을 예방하고 **합법 아이보험이 유효해지는 3월부터** 증가하기 시작합니다.

놀이 문화시설, 운동시설 이용이 아닌 활동 시 발생할 수 있는 부딪힘이나 넘어짐, 교통사고, 분쇄기 등을 각별히 주의해 주세요.

야외 활동 시

자외선, 자연계 동물 사냥 시 안전보통을 착용하고 안전수칙 지키기

차량 이동 시

반드시 안전벨트를 착용하고, 차량을 이동하거나 주차하지 않고 등하교는 공수 2명 이상, 15세 미만 청소년은 안전벨트 착용 필수

도보 이동 시

횡단보도와 야간은 사물을 자제하고, 보행장애 주-청각 장애인 차량 앞뒤로 지나가지 않기

사고 발생 시

인간의 생명을 위협하는 중대한 사고를 예방, 불안전한 경우 119에 신고하여 도움을 요청하기

※ 자세한 내용은 『학생의 안전을 위한 학교응급관리』를 참고해 주세요.

초·중·고·대학생 등 **예방접종 필수 예방접종**

질병관리청은 국가예방접종을 통해 초·중·고등학교 학생 또는 입학상등에게 백일해, 풍진, 사람유두종바이러스, 인플루엔자 등 **10개 감염병에 대한 예방접종을 적극 권고, 비용을 지원**하고 있습니다.

• 자세한 내용은 예방접종도우미 누리집(<http://kci.go.kr>)에서 확인하실 수 있습니다.

사람유두종바이러스(HPV) 백신

올해 10~12월생 여학생 3명~10월생 청소년을 대상으로 14세까지 첫 접종을 시작하는 경우 2회 접종, 15세부터 첫 접종을 시작하는 경우 3회 접종을 권장합니다.

인플루엔자 백신

생후 6개월~13세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

1) 1회 접종: 6~11세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

2) 2회 접종: 12~13세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

3) 3회 접종: 14~15세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

4) 4회 접종: 16~17세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

5) 5회 접종: 18~19세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

6) 6회 접종: 20~21세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

7) 7회 접종: 22~23세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

8) 8회 접종: 24~25세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

9) 9회 접종: 26~27세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

10) 10회 접종: 28~29세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

11) 11회 접종: 30~31세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

12) 12회 접종: 32~33세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

13) 13회 접종: 34~35세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

14) 14회 접종: 36~37세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

15) 15회 접종: 38~39세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

16) 16회 접종: 40~41세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

17) 17회 접종: 42~43세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

18) 18회 접종: 44~45세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

19) 19회 접종: 46~47세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

20) 20회 접종: 48~49세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

21) 21회 접종: 50~51세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

22) 22회 접종: 52~53세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

23) 23회 접종: 54~55세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

24) 24회 접종: 56~57세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

25) 25회 접종: 58~59세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

26) 26회 접종: 60~61세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

27) 27회 접종: 62~63세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

28) 28회 접종: 64~65세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

29) 29회 접종: 66~67세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

30) 30회 접종: 68~69세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

31) 31회 접종: 70~71세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

32) 32회 접종: 72~73세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

33) 33회 접종: 74~75세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

34) 34회 접종: 76~77세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

35) 35회 접종: 78~79세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

36) 36회 접종: 80~81세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

37) 37회 접종: 82~83세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

38) 38회 접종: 84~85세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

39) 39회 접종: 86~87세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

40) 40회 접종: 88~89세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

41) 41회 접종: 90~91세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

42) 42회 접종: 92~93세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

43) 43회 접종: 94~95세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

44) 44회 접종: 96~97세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

45) 45회 접종: 98~99세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

46) 46회 접종: 100세(11.1~12.31) 총생일자를 대상으로

세계 결핵의 날(3.24)

2022. 11월

요즘결핵, 감진으로 결핵예방

기침을 계속하면 계절 인플루엔자일까? 결핵일까?



2022. 11월

요즘결핵 6월경부터 12월경까지

2022. 11월

결핵과 계절 인플루엔자, 어떻게 구별하죠?

결핵은 계절 인플루엔자보다 오래(기) 지속 증상 때문에 적절한 치료를 받지 못하다가 증상이 심해지면 결핵환자로 확진되는 경우 대부분

	결핵	계절 인플루엔자
전통 증상	기침, 재발, 마른열 및 오한 등	증상기계 증상
특징	2주 이상 기침 지속, 재발, 혈담(혈이 섞인 가래), 마른열(오전 4~6시) 발열, 야간열(오후 4~6시), 체중감소	1~4일간(평균 3일) 기침 지속, 두통, 근육통, 사마귀, 구토, 설사 등
치환	6개월 이상 구강내에 결핵균 배양, 전염에 의한 폐렴과 유사한 폐렴 발생	항바이러스제, 폐렴 치료제, 항염증제 사용으로 1주일 내 증상 호전

결핵을 의심할 수 있는 가장 확실한 방법은
진단적 요추-폐배액자의 조직 발견 및 치환과 요추



2022. 11월

결핵은 어떤 질병인가요?

결핵은 활동성 폐결핵환자의 기침, 재발, 마른열 통해 결핵균이 공기 중에 배설되어 감염되는 호흡기 질병



호흡기 통해 감염되기 때문에
결핵 중 약 80% 이상은 폐에서 발생하는 **폐결핵**

2.6

2022. 11월

결핵 치료, 어떻게 해야 하죠?

결핵 치료의 핵심은
정확한 용량과 결핵약을 6개월 이상 **규칙적으로** 복용하는 것



치료 결과 및 결핵약 부작용 여부 확인을 위해
정기적인 혈액 검사 및 흉부 X선 검사를 실시하여 결과를 관찰합니다.

3.6

2022. 11월

결핵에 대한 흔한 오해

결핵환자와 같이 **밥을 먹고 대화** 했어요,
자 전염될까요?



적절한 치료를 잘 받고 있는 결핵환자가 사용하는 수건, 식기류 등 생활물이나 음식 등을 통해서도 전염되지 않기 때문에
음식을 먹거나 악수하는 것은 문제가 없습니다.

4.6

2022. 11월

요즘결핵 예방은 이렇게

- 1 기침증상 2주 이상 지속, 체중감소 있으면 결핵 의심
- 2 기침이나 재발이 할 때는 반드시 입과 코를 가리기
- 3 기침 한 후에는 비누로 손을 **물레 30초 이상** 씻기
- 4 요즘이 증상이 있다면 보건소 등 가까운 의료기관에서 검사

요즘결핵 조기감진으로 결핵예방하세요!

5.6

감염병으로 인한 등교 중지 안내

감염병 이환 학생은 다른 학생에게 감염되는 것을 막기 위해 격리기간 동안(의사진단)에는 등교를 중지하며, 의사의 진단서 또는 소견서 제출시 출석으로 인정됩니다. 감염병 학생으로 의사의 판정이 있으면 학교에 전화로 통보하고, 가정에서 적절한 요양 및 치료를 하도록 합니다.

응급처치 안내

흡연 예방 안내

흡연 예방 안내
