



송학교육통신

2025-010호

발행처:이리송학초등학교

우)54667 익산시 학곤로 57 교무실 063)855-3606 행정실 063)857-3660

학교에서 유행하기 쉬운 감염병

병명	초기증상	등교중지 기간 = 사람 많은 곳 피하는 기간
홍역	발열, 발진, 구강점막에 좁쌀 모양의 흰 점	열이 내리고서 3일이 지날 때까지 (발진이 나타난 후 5일까지)
수두	발열과 동시에 발진, 수포	모든 발진이 딱지가 될 때까지(약 7일간)
수족구병	발열, 발바닥, 구강 내 수포, 궤양	수포 발생 후 6일간 또는 가피 형성까지
유행성 이하선염	발열, 귀밑이 부어오름	귀밑의 부어오른 것이 가라앉을 때까지 (증상 발현 후 9일까지)
백일해	열은 없고, 기침이 밤에 더 심함	독특한 기침이 멎을 때까지 (항생제 투여 후 5일까지)
독감 (인플루엔자)	고열과 함께 목 아픔, 관절통, 감기 증세	열이 내리고 스스로 등교가능 할 때까지 (항바이러스제 복용 24시간동안 증상없을 때 등교)
결핵	피곤하고 기침이 심하며 체중이 감소하고 식은땀이 남	치료 시작 후 2주까지
유행성 각결막염	충혈, 안구 통증, 눈곱, 눈부심	등교가능하다는 의사의 진단까지 (보통 1주~2주 정도)

* **감염병이 의심되면**: 학교에 오지 말고 빨리 병원진료를 받습니다.

* **감염병에 걸렸다면**: 집에서 쉬고, 학교나 학원, 사람 많은 장소에 가지 않습니다.
다 나았다는 의사선생님의 확인을 받고 학교에 옵니다.

☞ 질병명과 치료(등교중지)기간이 적힌 **진료확인서**를 학교에 내면 **출석으로 인정됩니다**.

건강한 학교생활을 위하여

★ 손씻기

하루 8번 이상, 30초 이상 손씻기

- ① 화장실을 다녀온 후
- ② 외출에서 돌아온 직후
- ③ 코를 킂 후, 체육활동 후
기침이나 재채기를 한 후
- ④ 애완동물을 만진 후
- ⑤ 음식을 먹기 전이나 요리하기 전 등



★ 개인 컵을 이용한 물 마시기

개인 컵을 사용하지 않고 친구의 컵을 돌려 마시거나, 정수기에 직접 입을 대고 마시는 행동은 A형 간염, 식중독, 감기 등 여러 감염병에 걸릴 수 있습니다.
고농도 미세먼지 발생이 많고 건조한 봄철에 물을 자주 마셔요.



★ 양치질하기

학교에서의 양치질은 친구와 거리를 두고 한 사람씩 차례대로 합니다.

★ 안전하게 행동하기

- ① 교실, 복도 및 계단에서 뛰어다니지 않기
- ② 위험한 장난 하지 않기
- ③ 친구와 싸우지 않기



보건소식지

볼거리(유행성이하선염) 예방

매년 새 학기시작과 함께 환자 발생이 많은 볼거리(유행성이하선염)에 대해 알아보겠습니다.

이하선염이란?

유행성 이하선염은 양쪽 귀 앞에 있는 이하선에 부종을 일으키는 바이러스 감염 질환입니다.

침샘의 위치

대부분 무증상이지만 1~2일간의 발열, 두통, 근육통, 식욕 부진, 구역 등의 전구 증상이 나타날 수 있습니다.

발열, 두통 근육통 식욕부진

뇌수막염이 가장 흔한 합병증이지만, 고환염, 난소염, 취창염 등도 발생할 수 있습니다.

감염성이 높은 시기는 침샘이 부어오르기 3일 전부터 5일 후까지입니다.

이하선 바이러스는 기침속의 침 방울을 타고 다른 사람에게 감염될 수 있습니다.

증상 발현 후 5일정도는 타인과의 접촉을 피하는 것이 필요합니다.

만약 이하선염에 감염되었다면 충분한 수분 공급과 휴식이 필요하며 냉, 온찜질과, 죽과 같은 부드러운 음식을 먹습니다.

침샘을 자극하는 과일 주스나 신맛이 나는 음식은 분비샘의 통증을 악화 시키므로 피합니다.

유행성 이하선염 예방법

① 예방 접종 - 바이러스에 대한 저항력을 높이고, 집단 면역을 통해 전파를 줄이는 데 중요한 역할을 합니다.

② 개인위생 - 손 씻기는 감염병 예방의 기본입니다.

③ 생활 예절 - 기침이나 재채기할 때는 휴지나 옷소매로 입과 코를 가립니다.

④ 건강 관리 - 9시간의 충분한 수면을 통한 건강관리와 면역력 유지가 필요합니다.

새 학기에 개인위생 신경 써서 안전한 학교생활 보내세요.