



정읍초등학교 · 정이와오비

푸른 꿈을 열어가는 즐거운 정읍초등학교

# 5월 보건소식

담당: 정읍초보건실

문의: 538-0169

배부, 홈페이지 게시

## 알림글

- ▶ 2·3·5·6학년 학생 대상 5월에 실시 예정인 검사: 구강검사(5.9), 소변검사(5.14), 신체발달검사(5.16)
- ▶ 5~6학년 학생 대상 5월에 실시 예정인 교육: 심폐소생술 등 응급처치교육(5.18), 흡연예방교육(5.28)
- ▶ 1학년·4학년 학생 건강검진을 지정검진기관에서 빠른 시일 내에 받으시고, 만족도 조사를 작성하여 담임선생님께 제출하여 주세요.
- ▶ 1·4학년 학생정서행동특성검사 실시 결과 가정통신문을 우편으로 보내드립니다. 검사에 적극적으로 참여해주신 학부모님께 감사드립니다.
- ▶ 질병관리본부는 지난 4월 1일 부산지역에서 올해 첫 번째로 일본뇌염 매개모기인 작은빨간집모기를 확인함에 따라 전국에 일본뇌염 주의보를 발령하였습니다. 모기에 물리지 않도록 주의합니다.
- ▶ 손 씻기만 잘해도 감염병의 70% 이상 예방할 수 있습니다. 각종 감염병 예방을 위하여 손 씻기 꼭 실천합니다.
- ▶ 자연치유력(면역력)이 강하면 어떠한 병도 이길수 있습니다. 자연치유력을 기르도록 노력합니다.



## 학생 건강검진

- ◆ 건강검사를 통하여 질병 예방 및 치료, 자기 건강관리 능력 함양을 통한 보다 나은 학교생활을 위하여 건강검진을 실시하도록 하였습니다.
- ◆ 검진대상: 1학년, 4학년
- ◆ 검진기간: 2018년 6월까지
- ◆ 검진비용: 무료(학교에서 부담합니다.)
- ◆ 검진기관: 일반병원 1곳, 치과병원 1곳을 선정하여 검진을 받습니다.
  - 일반병원: 열린내과, 전라병원
  - 치과병원: 김규석치과, 수성치과
- ◆ 건강검진 항목
  - 신체발달: 키, 몸무게, 비만도, 시력
  - 건강조사: 예방접종의 실시여부, 건강행태 및 생활습관 등
  - 병리검사: 콧병, 목병, 피부병, 기관능력, 혈압 측정, 구강검사, 요검사, 혈액형검사(1학년) 혈액검사(혈당, 총콜레스테롤, AST, ALT - 비만학생)
- ◆ 건강검진 방법
  - 학생, 학부모님이 함께 지정병원을 방문하여 실시하며, 결과는 개인별로 통보해 드립니다.
  - 4학년 학생 중 키, 몸무게 측정 후 비만으로 판정되면 혈액검사를 실시하므로, 비만이라고 생각되는 경우 검진 하루 전날 9시 이후에는 금식하고 병원을 방문합니다.

## 일본뇌염 예방

- ◆ 일본뇌염이란?  
일본뇌염 바이러스에 의해 급성으로 신경계 증상을 일으키는 **제2군 법정감염병**입니다.
- ◆ 전파방법: 바이러스를 가진 모기에 물리면 감염 됩니다. 사람 간 전파는 없습니다.
- ◆ 잠복기간: 감염 모기에 물린 후 4~14일 후부터 증상이 나타납니다.
- ◆ 주요 발생 연령층: 3~15세의 어린이
- ◆ 증상: 95% 이상의 환자에서 증상이 없이 지나 가며 일부에서 열을 동반한 가벼운 증상이나 바이러스성수막염으로 나타나기도 하고 드물게 뇌염으로까지 진행됩니다. 뇌염으로 진행된 경우 5~30%의 높은 사망률을 보이기도 합니다.
  - 초기: 고열, 두통, 구토, 복통, 지각이상
  - 아급성기: 의식장애, 경련, 혼수상태
  - 회복기: 언어장애, 판단능력저하, 사지운동저하 등 후유증 발현
- ◆ 예방법
  - 모기에 물리지 않도록 가정 내 환경 조성
  - 모기가 왕성하게 활동하는 시기인 새벽과 해가 진 무렵에는 야외 활동 자제
  - 15세 이하 어린이는 접종시기에 예방접종



## 중증열성혈소판감소증후군 예방

### ◆ 중증열성혈소판감소증후군(SFTS)이란?

SFTS 바이러스에 감염된 매개진드기(참진드기)에 물려 발생하는 중증열성 바이러스성 질환입니다.

### ◆ 증상

- 진드기에 물린 뒤 6~14일(잠복기) 이내에 고열과 함께 구토, 설사 같은 소화기 증상이 동반됩니다.
- 근육통, 피로감 등
- 일부 중증으로 진행되는 경우 사망에 이르기도 합니다. (2017년 270명 환자 발생 중 54명 사망)

### ◆ 예방법

- 야외 활동 시
  - 풀밭 위에 옷을 벗어두거나 눕지 않기
  - 돛자리를 펴서 앉고, 사용한 돛자리는 세척하여 햇빛에 말리기
  - 풀밭에서 용변 보지 않기
  - 진드기가 붙어 있을 수 있는 야생동물과 접촉하지 않기
- 야외 활동 후
  - 옷을 털고 반드시 세탁하기
  - 즉시 목욕하고, 옷 갈아입기
  - 머리카락, 귀 주변, 팔 아래, 허리, 무릎 뒤 다리 사이 등에 진드기가 붙어 있지 않은지 꼼꼼히 확인하기
  - 진드기에 물린 것이 확인되면 바로 제거하지 말고 의료기관 방문
  - 2주 이내에 고열, 오심, 구토, 설사 등의 증상 있을 경우 진료받기



## 아하! 그렇군요...

손톱은 둥글게  
발톱은 일직선으로.

◆ 발톱의 끝이 점점 살을 파고 들어 아팠던 경험이 한번쯤 있지 않나요?



너무 심하면 병원에서 발톱을 뽑아야 하는 경우까지 있는데 손톱은 둥글게 잘라도 좋지만 발톱은 둥글게 자르면 안됩니다. 예쁘게 모양을 내려다가 발톱이 점점 살을 파고 들어 고통을 당할 수 있으니 이제 발톱은 무조건 일직선으로 자르세요.



## 청소년 흡연의 위험성

### ◆ 청소년 흡연이 위험한 이유

- 청소년의 세포, 조직 그리고 기관들은 아직 완전히 성숙하지 않았습니다.
- 청소년 시절에 담배를 피우면 어른이 되어 피우는 것보다 니코틴 중독에 더 심하게 걸리게 되어 담배를 끊는 일이 더 어렵습니다.
- 청소년 시절에 담배를 시작하면 늦게 담배를 시작하는 사람보다 결과적으로 더 오랜 기간 더 많은 담배를 피우게 됩니다.
- 청소년 탈선은 흡연으로부터 시작됩니다. 그동안 금기로 여기던 흡연 금지 규범을 일단 깨고 나면 다음 단계의 금기로 쉽게 넘어가게 됩니다.

### ◆ 흡연 환경으로부터 아이들을 지켜주세요.

- 부모님께서 흡연을 하는 경우라면 강한 의지로 금연을 실천하는 모습을 보여 주십시오.
- 학생이 있는 장소에서 담배를 피우지 말아 주세요.
  - 간접흡연으로 인해 피해를 입습니다.
  - 어른이 되면 담배를 피워도 되는 것으로 인식하게 됩니다.



## 응급처치...

갑작스러운 부주의로 인한 치아 외상 대처법 (이가 빠졌을 경우)

◆ 빠진 치아를 차가운 우유나 생리식염수에 담근 후 병원으로 갑니다.

- 치아의 수분을 유지하기 위해 치아세포의 농도와 생리적으로 가장 비슷한 우유나 생리식염수에 담급니다.

### < 주의사항 >

- 치아를 입안에 넣어서 운반하지 마세요. 병원성 세균에 감염될 위험이 높고, 삼키거나 질식의 위험이 있기 때문에 절대 입안에 넣고 병원으로 이동해서는 안됩니다.
- 치아를 물에 담가서 운반하지 마세요. 물은 생리식염수보다 농도가 훨씬 낮기 때문에 치아를 물에 담글 경우 농도를 같게 맞추려는 삼투압 현상에 의해 치아가 물을 흡수하게 되고 결국 세포가 터져 버리기 때문에 위험합니다.