

여름철 감염병 예방관리

- 1) 종류 : 콜레라, 장티푸스, 파라티푸스, 세균성이질, 장출혈성대장균감염증, A형간염, 제4급 감염병, 장관감염증(살모넬라균 감염증, 장염비브리오균 감염증, 노로바이러스 감염증 등), 수인성·식품매개감염병, 모기 및 진드기매개감염병 등
- 2) 주요 증상 : 복통, 구토, 설사, 발열 등
- 3) 예방방법

- 식사 전 후나 음식 조리 전 후, 화장실 다녀온 후에 흐르는 물에 비누로 30초 이상 손 씻기
- 음식은 2시간 이상 실온에 두지 않기
- 음식은 충분히 익혀 먹기
- 물은 끓여 마시기
- 채소·과일은 깨끗한 물에 씻어 껍질을 벗겨 먹기
- 설사 증상이 있는 경우에 조리하지 않기
- 위생적으로 조리하기
- 칼, 도마 조리 후 소독하고 생선·고기·채소 도마 분리 사용하기
- * A형간염 예방을 위해 상기 예방 수칙 외에 안전성이 확인된 조개젓만 섭취, 조개류 익혀 먹기, 등

여름철 온열질환 및 냉방병 예방관리

온열질환	냉방병
열에 장시간 노출될 경우 발생하는 질환	냉방된 실내와 실외의 심한 온도차에 인체가 제대로 적응하지 못해 발생
두통, 어지러움, 근육경련, 피로감, 의식저하	두통, 식욕부진, 감기 증상, 몸이 무겁고, 피로, 현기증, 관절 및 근육통, 소화불량
<ul style="list-style-type: none"> • 시원한 장소 (통풍이 잘 되는 그늘, 에어컨이 작동되는 실내)로 환자를 옮깁니다. • 옷을 벗기고 몸을 차게 식힙니다. <ul style="list-style-type: none"> - 옷을 벗긴다. - 노출된 피부에 물을 뿌리고 부채나 선풍기 등으로 몸을 차게 식힌다. - 얼음주머니가 있다면 이마, 목, 겨드랑이, 가랑이 등에 대어 몸을 식힌다. • 수분이나 염분을 섭취하게 합니다. <ul style="list-style-type: none"> (단, 의식이 있는 경우에만) - 응답이 명료하고 의식이 뚜렷한 경우 : 차가운 물이나 음료수를 먹인다. - 응답이 불분명 / 의식이 없는 경우 : 119에 연락한다. 	<ul style="list-style-type: none"> • 에어컨의 찬 공기가 직접 몸에 닿지 않도록 주의 (간소매를 준비하여 체온조절) • 실내외 온도차를 5-8도 내외로 조절하고 실내온도를 25-28도로 유지함. • 1시간마다 5 ~10분씩 환기를 시키고, 에어컨 필터 청소를 자주 함. • 틈틈이 바깥 공기를 쐬며, 스트레칭이나 맨손체조를 함.