

9월 보건소식

9월 9일은 귀의 날

숫자 '구'와 '귀'의 발음이 비슷하며, 귀의 모양과 비슷한 숫자인 '9'를 연속 선택하여 매년 9월 9일, 대한이비인후과학회가 귀의 날로 정했다고 합니다. (WHO가 정한 귀의 날은 3월 3일) 귀의 날의 맞아 주의해야 할 귀 질환의 예방법을 알려드립니다.

가을철 감염병 예방

가을철 열성 감염병은 들쥐 배설물이나 쥐진드기에 의해 주로 9~11월에 발생하여 발열과 두통 등 전신 증상을 유발하고 심할 경우, 사망에 이를 수 있습니다.

외이도염 예방법



귀마개 사용



멀리서 약풍 건조



면봉·귀개개 사용 자제



장마철 이어폰 사용 자제

소음성 난청 예방법



음량 제한
(최대 50%이하)



소음 상황 시 이어폰 과사용 주의



밀폐형 이어폰 사용 자제



1시간마다 10분 휴식

중이염 예방법



개인 위생 관리



유아 주변에서 금연



충분한 수분 섭취



독감 예방 접종

<진드기 매개 대표 감염병>

쯔쯔가무시증

쯔쯔가무시균에 감염된 털진드기 유충에 물려 발생하는 감염병

주요증상

고열, 오한, 근육통, 복통, 인후염, 가피, 발진

SFTS

(중증열성혈소판감소증후군)

SFTS 바이러스에 감염된 참진드기에 물려 발생하는 감염병

주요증상

고열, 구토, 오심, 설사, 림프절비대, 출혈성소견

<설치류 매개 대표 감염병>

신증후군출혈열

바이러스에감염된 등줄쥐, 집쥐의 소·분변 등을 통해 배출된 바이러스가 호흡기를 통해 전파되어 발생하는 감염병

주요증상

발열, 오한, 근육통, 두통, 출혈소견, 소변량 감소

렙토스피라증

렙토스피라균에 감염된 쥐, 소, 돼지, 개 등의 소변의 노출을 통해 감염되어 발생하는 감염병

주요증상

고열, 근육통, 두통, 설사, 발진, 결막 충혈

야외활동 시 발열성 감염병 예방법

1



야외 활동 시 피부 노출을 최소화하기 위한 긴 옷 입기
(진드기 기피제는 보조적으로 사용)

2



휴식 시 돛자리, 보조방석 사용하기

3



야외활동 후 귀가하는 즉시 목욕 및 세탁하기

4



야외 활동 후 고열과 함께 발열성 감염병 의심증상이 발생되면 즉시 의료기관 방문치료

코로나19예방을 위한 생활방역

성묘할 때

진드기 매개 감염병

- ☑ 벌초 할 때 풀 위에 옷 벗어놓지 않기
- ☑ 성묘를 드릴 때는 돗자리 등 이용하기
- ☑ 진드기 기피제 사용하기
- ☑ 성묘나 벌초 시 피부 노출을 최소화하기 위해 긴 옷 입기
- ☑ 야외활동 후 귀가하는 즉시 목욕하기



수인성·식품매개 감염병

명절음식 준비할 때

- ☑ 30초 이상 비누로 올바른 손씻기
- ☑ 음식은 충분히 익혀 먹기
- ☑ 물은 끓여 마시기
- ☑ 설사 증상이 있는 경우에 조리하지 않기
- ☑ 위생적으로 조리하기



식사를 할 때

코로나19, 결핵,
인플루엔자 등 호흡기 감염병



- ☑ 30초 이상 비누로 올바른 손씻기
- ☑ 휴지나 옷소매로 입과 코를 가리고 기침하기
- ☑ 기침이나 발열 등 의심증상 시 조기에 진료받기
- ☑ 호흡기 증상이 있을 시 마스크를 착용하기
- ☑ 예방접종 받기

추석 연휴 감염병 예방법

건강한 추석 보내고
안전하고 즐거운 2학기 만들어요!

해외여행을 갈 때

해외유입 감염병



- ☑ 해외여행지 감염병 확인하기
- ☑ 출국 전 예방접종, 예방약, 예방물품 챙기기
- ☑ 긴 옷을 입고 모기 퇴치제품을 사용하여 모기에 물리지 않기
- ☑ 입국 시 검역관에게 건강상태질문서 제출하기
- ☑ 귀국 후 증상발생 시 해외여행력 알리기

2022.8.29
전주제일고등학교장