



인플루엔자 관리·예방 안내문

학부모님 안녕하십니까

인플루엔자는 모든 연령대에 감염되어 발병하며, 감염력이 강하고 집단 발생 예방을 위한 대비와 발생 시의 대응 및 관리가 중요합니다. 관리·예방 안내문을 보시고 인플루엔자 예방 및 대응 수칙을 습득하여 학부모님과 자녀의 건강을 보호하고 피해를 최소화하시기 바랍니다.

1. 인플루엔자 유행시기

- 우리나라를 포함한 북반구에서는 주로 11월부터 4월 사이에 유행
- 일반적인 유행 양상과 달리 코로나19가 유행한 '20~'21년에는 인플루엔자 바이러스 검출 및 유행이 없었으나, '22년에는 이례적으로 여름철 이후 검출이 지속되고 있음

2. 병원체 특성

- 1) 인플루엔자바이러스는 A형, B형, C형, D형의 4가지로 분류
 - A형과 B형이 사람에게 호흡기 감염을 유발
- 2) 항원변이를 통하여 계속적인 인플루엔자의 유행이 초래됨

3. 임상양상

- 1) 잠복기: 1~4일 (평균 2일)
- 2) 임상 증상
 - 전신 증상 및 호흡기 증상이 갑자기 시작됨
 - 발열(고열), 두통, 근육통, 피로감 등의 전신증상
 - * 열은 급격히 상승하여 발병 후 1~3일 이내 38~40℃ 또는 그 이상에 도달, 이후 다른 증상과 함께 회복하며 1주일 정도 내에 대개 정상 체온으로 복귀
 - 인후통, 콧물, 코막힘, 기침 등의 호흡기 증상
 - 주로 소아에서는 구토, 오심, 설사 등의 소화기 증상이 동반됨
 - 흉통, 안구통, 복통, 경련 등의 증상이 동반되기도 함
- 3) 전파 경로
 - 주로 환자가 말하거나, 기침 또는 재채기를 할 때 나오는 비말(침방울)에 의해 전파
 - 바이러스에 오염된 물건(책상, 문손잡이, 장난감, 스위치 등)을 만진 후 또는 분비물로 오염된 손과 표면을 통해서도 전파 가능
 - 동물에서 사람으로 전파는 흔하지 않으나 감염된 동물의 분비물에 직접 접촉하거나 간접적으로 사람이 접촉하였을 경우 감염 가능

4. 치료

- 1) 대증치료 : 다른 바이러스 질환과 같은 대증치료가 주된 치료법
- 2) 항바이러스제 치료: 오셀타미비르, 자나미비르, 페라미비르, 발록사비르
 - 인플루엔자 A형 및 B형 바이러스 감염증 치료에 주로 사용하며 증상 발현 48시간 이내에 투약 시 효과가 있음.

5. 예방

- 1) 유행 시기 전까지 예방접종 받기
- 2) 개인 위생 준수
 - 올바른 손씻기 및 손소독의 생활화
 - 흐르는 물에 비누로 30초 이상 손씻기
 - 소독제(알코올 60% 이상) 20초 이상 비벼서 말리기
 - 외출 후, 식사 전·후, 코를 풀거나 기침, 재채기 후, 배변 후 등
 - 기침예절 실천
 - 기침할 때는 휴지나 옷소매 위쪽으로 입과 코를 가리고 하기
 - 사용한 휴지나 마스크는 바로 쓰레기통에 버리기(마스크를 버릴 때 끈 잡고 버리기)
 - 기침 후 반드시 올바른 손씻기 실천
 - 호흡기 증상이 있을 시 마스크 착용
- 3) 씻지 않은 손으로 눈, 코, 입 만지지 않기
- 4) 유행 시기에는 사람이 많이 모이는 장소 가지 않기
- 5) 인플루엔자 의심 증상(발열 및 기침 또는 인후통 등)을 보이는 사람과 접촉을 피하기
- 6) 인플루엔자 의심 증상(발열 및 기침, 인후통 등) 발생 시 진료를 받은 후 집에서 충분한 휴식 및 수분·영양 섭취
- 7) 인플루엔자 진단을 받은 경우 "해열제 복용없이 정상체온 회복 후 24시간이 경과할 때까지" 어린이집, 유치원, 학교 및 학원 등에 등원·등교를 하지 않도록 함

2022. 12. 15.
전 주 제 일 고 등 학 교 장