

# 4월 보건 소식지

## 4월 7일은 보건의 날

세계보건기구(WHO)는 공공 보건의 중요성을 알리고 전 세계의 관심과 협력을 이끌어 내기 위해 1948년 4월 7일 창설 기념일을 세계 보건의 날로 지정했으며 지금까지 사람들의 건강을 지키고 질병을 예방하기 위해 적극적으로 노력하고 있습니다.

2024년 세계 보건의 날 주제는 '나의 건강, 나의 권리'입니다. 안전한 식수, 깨끗한 공기, 좋은 영양, 양질의 주택, 양질의 노동 및 환경 조건, 차별로부터의 자유뿐만 아니라 양질의 의료 서비스, 교육 및 정보에 접근할 수 있는 모든 사람의 권리를 옹호하기 위해 선정되었습니다..

## [질병정보] 알레르기비염



### 알레르기비염이란?

코 점막이 특정한 물질 때문에 과민반응을 일으키는 질환.

### 알레르기비염 증상

대표적인 증상 : 재채기, 콧물, 코막힘

- 연속적, 발작적 재채기
- 맑은 콧물
- 눈과 코 부위의 가려움
- 코막힘

### 알레르기비염의 원인은 무엇일까?



부모로부터 알레르기 체질을 물려받은 사람이 주위 환경의 알레르기 유발 물질을 만나 증상 발현.

\*알레르기비염은 기후변화, 감기, 오염된 공기, 스트레스로 악화될 수 있어요.

### 알레르기비염 증상의 순서

코막힘 ▶ 콧물, 재채기 ▶ 눈물, 두통 ▶ 후각감퇴 ▶ 폐쇄성 비염

### 알레르기비염 진단

감기와와의 구분과 정확한 진단 위해 피부반응, 혈액검사가 필요!

- 감기 : 10일 이내 완치, 근육통, 발열 등 전신질환 동반
- 알레르기비염 : 근육통, 발열 등 전신질환 없음
- 맑은 콧물, 재채기 등이 3개월 이상 지속

### 알레르기비염 예방관리 수칙

- ▶ 실내는 청결하게 유지하고, 대기 오염이 심한 날은 외출을 삼가거나 마스크를 착용해요!
- ▶ 비염의 원인 및 악화 요인을 검사로 확인한 후 회피해요.
- ▶ 금연하고, 간접흡연도 최대한 피해요.
- ▶ 감기에방을 위하여 손을 잘 씻어요.
- ▶ 효과와 안전성이 입증된 방법으로 꾸준히 치료해요.

## 야외활동시 응급처치

**벌에 쏘이면?** 침을 제거하고 얼음찜질 또는 약 바른다.  
호흡곤란, 현기증이 있으면 '벌독 알레르기'이므로 빨리 병원에 가야 합니다. (119에 전화)

**피부에 상처가 생기면?** 이물질이 묻었을 때는 물로 깨끗이 씻고, 소독약을 바릅니다.

**코피가 날 때** 머리를 숙이고 콧망울을 10분 정도 누른다.  
눈에 이물질이 들어갔을 때 깨끗한 물로 씻는다.  
비비지 말고 이상증상 시 바로 병원에 갑니다.

**삔었을 때** 안정을 취하며 냉찜질(2일)을 하고 탄력붕대를 감아준다. 통증이 심하거나 움직이지 못하면 병원에 간다.

## 간접흡연의 해로움

### 간접흡연의 영향

- 전세계적으로 간접흡연으로 인한 비흡연자의 사망은 60만명
- 60만명 중 여성 47%, 아동이 28%
- 폐암 발생 위험 20~30% 증가
- 관상동맥심질환 위험 25~30%
- 흡연하는 아버지와 함께 자라는 아이는 출생 후 5세가 될 때까지 약 102개의 담배를 비운 것과 같은 위험



**학교 전체와 절대보호구역은 금연구역**

\* 절대보호구역: 학교 출입문으로부터 50m까지  
금연구역에서 흡연을 하는 경우 10만원 이하의 과태료 부과(국민건강증진법 제 34조)



## 성상품화 가 무슨 말이에요?

돈을 벌기 위해 성을 이용하는 것을 말해요.

예를 들면, 상품 광고를 할 때 상품의 품질이나 기능과는 상관없이

외모를 강조하거나 신체의 과도한 노출 등 선정적인 장면을 연출하는 경우를 **성상품화**라고 말해요.



그러면, 어떤 **문제점**이 있나요?

- ✓ 성상품화가 만연할 때 사람들은 광고를 보고도 특별한 문제점을 느끼지 못했어요. 이 **'대수롭지 않음'**이 가장 큰 문제점입니다.
- ✓ 성 상품화를 통해 유포되는 성적 이미지들이 **'개인의 건전한 성의식과 성가치관을 왜곡시켜요'**
- ✓ 극단적일 경우 **'성매매나 성범죄의 원인'**이 될 가능성이 있어요.

그러면, **광고**에만 있나요?

광고뿐만 아니라 성 상품화는 여러곳에 있어요. 게임스토리에도 있고, 뮤직비디오에 등장하는 가수들의 옷차림이나, 남자 아이돌의 복근을 강조한 장면등도 성 상품화에 해당돼요.



그러면, **나는** 어떻게 하면 되나요?

사람의 성은 쉽게 구매하여 소비할 수 있는 상품이 될 수 없어요. 성 상품화는 여성 또는 남성을 성적 상품으로 만들고 존중의 대상이 아닌 돈을 벌기 위한 수단으로 취급하는 거예요. 사람을 사고 파는 것은 인간에 대한 폭력이며 범죄행위랍니다.

**인간은 절대적인 존엄성을 가진 존재라는 것을 꼭 기억하기!!!**

**나의 성적 자기결정권과 성을 상품화 하는 것을 구분할 줄 알기!!!**

**성인지 감수성을 키우기!!!**