

수족구병 관련 안내문

부모님께

안녕하십니까. 최근 수족구병이 증가하고 있어 질환의 특성 및 예방수칙을 안내드리오니, 가족의 건강관리에 참고하여 주시기 바랍니다.

○ 수족구병 특징

- 유행시기: 5월~9월
- 보통 10세 미만에서 발생하며, 5세 이하 영유아에서 가장 많이 발생하나, 성인도 발생 가능
- 보통 3-4일이 지나면 호전되어 7~10일 내 완치되나 합병증 동반 가능
- 증상의 발현 유무에 상관없이 호흡기로 1~3주, 분변을 통해 7~11주까지 바이러스를 배출

○ 주 감염경로: 직접접촉이나 비말을 통한 전파(분변-경구 및 호흡기)

- 감염자의 타액(침), 객담(가래), 콧물 등 호흡기 분비물
- 감염자의 수포(물집)안의 진물
- 환자의 분비물(분변, 구토물)에 오염된 손이나 환경에 접촉
※ 전파 위험장소: 가정(감염자가 있는 경우), 보육시설, 놀이터, 병원, 여름캠프 등 많은 인원이 모이는 장소

○ 주요증상: 발열, 식욕부진, 인후통, 무력감, 구강 및 손, 발에 수포

- (전신증상) 발열, 식욕감소, 무력감
- (위장증상) 설사, 구토
- (국소부위) 주로 입, 손, 발에 발진 및 수포
- (합병증) 뇌간 뇌척수염, 신경원성 폐부종, 폐출혈, 심근염, 심장막염, 쇼크 및 사망
* EV-A71등 수족구병을 일으키는 일부 바이러스에 감염된 경우 발생가능



<수족구병에 의해 궤양이 생긴 혀와 물집이 생긴 손바닥>

○ 환자 발생 전 예방수칙

1. 올바른 손 씻기

- 흐르는 물에 비누로 30초 이상 손씻기
- 외출 후, 배변 후, 식사 전·후, 기저귀 교체 전·후
※ 특히 산모, 소아과나 신생아실 및 산후 조리원, 유치원, 어린이집 종사자

2. 올바른 기침예절

- 옷소매 위쪽이나 휴지로 입과 코를 가리고 기침하기

3. 환경소독

- 아이들의 장난감, 놀이기구, 집기 등을 소독 하기(붙임 2 참조)
- 환자의 배설물이 묻은 옷 등을 철저히 세탁하기

4. 수족구병이 의심되면 바로 병원에서 진료를 받기

5. 수족구병 환자와 접촉 피하기

○ 환자 발생시 준수사항

1. 환자관리

- 증상이 있는 경우에는 의사의 진료를 받고 등원 및 외출 자제(발병후 1주일)

2. 접촉자 관리

- 환자와 같은 공간에 있었다면 개인위생에 주의
- 환자와 접촉 후 3~7일 이내에 증상 발생 시 신속하게 진료받기

3. 환경 소독하기(마스크, 장갑 사용)

- 환자가 있었던 환경 및 접촉한 물건 소독하기(붙임 2 참조)
* 기구, 집기, 장난감, 문 손잡이, 수도꼭지 등 손이 닿는 물체 표면

○ 올바른 손 씻기 방법



수족구병 예방수칙 준수를 통해 안전하고 건강한 학교(어린이집) 생활이 될 수 있도록 협조 바랍니다.

붙임 1

수족구병 개요

병 명	수족구병(Hand, foot and mouth disease)
정 의	<ul style="list-style-type: none"> □ 콕사키바이러스나 엔테로바이러스 감염에 의해 발열 및 입안의 물집과 궤양, 손과 발의 수포성 발진을 특징으로 하는 질환
질병 분류	<ul style="list-style-type: none"> □ 법정감염병: 지정 감염병 □ 질병코드: ICD-10 B08.4
병원체	<ul style="list-style-type: none"> □ 콕사키바이러스 A16형이 주원인 □ 그 외에 엔테로바이러스 71형, 콕사키바이러스 A5, A6, A7, A9, A10형, B2, B5형 등도 원인이 됨
전파경로	<ul style="list-style-type: none"> □ 직접접촉이나 비말을 통해 사람 간 전파 □ 오염된 물을 마시거나 수영장에서도 전파 가능 □ 전파의 위험이 높은 장소 : 가정(감염자가 있는 경우), 보육시설, 놀이터, 병원, 여름캠프 등 많은 인원이 모이는 장소
잠복기	<ul style="list-style-type: none"> □ 3-7일
증 상	<ul style="list-style-type: none"> □ 전신증상 : 발열, 식욕감소, 무력감 □ 위장증상 : 설사, 구토 □ 발진/수포(물집): 주로 입, 손, 발, 영유아의 경우 기저귀가 닿은 부위
진 단	<ul style="list-style-type: none"> □ 환자 검체(대변, 뇌척수액, 인후도찰물, 비강세척액 등)에서 특이유전자 (VP1) 검출
치 료	<ul style="list-style-type: none"> □ 해열 진통제로 증상을 완화, 탈수로 인한 수분 보충 등 대증요법 * 아스피린은 사용하지 말 것
치명률	<ul style="list-style-type: none"> □ 일반적으로 0.1% 미만이나 엔테로바이러스 71형에 감염된 경우 뇌간 뇌척수염, 신경원성 폐부종, 폐출혈 등 합병증이 동반될 경우 치명률이 높음
관 리	<ul style="list-style-type: none"> □ 환자관리 : 증상이 있는 경우에는 의사의 진료를 받고 등원 및 외출 자제 □ 접촉자관리 : 발병을 감시하며, 발병 시 등원 및 외출 자제
예 방	<ul style="list-style-type: none"> □ 올바른 손 씻기의 생활화 <ul style="list-style-type: none"> - 흐르는 물에 비누로 30초 이상 손씻기 - 외출 후, 배변 후, 식사 전·후, 기저귀 교체 전·후 - 특히 산모, 소아과나 신생아실 및 산후 조리원, 유치원, 어린이집 종사자 □ 올바른 기침예절 <ul style="list-style-type: none"> - 옷소매 위쪽이나 휴지로 입과 코를 가리고 기침하기 □ 철저한 환경관리 <ul style="list-style-type: none"> - 아이들의 장난감, 놀이기구, 집기 등을 소독 하기(붙임 3 참조) - 환자의 배설물이 묻은 옷 등을 철저히 세탁하기 □ 수족구병이 의심되면 바로 병원에서 진료를 받고 등원 및 외출 자제(발병후 1주일)

붙임 2 수족구병 발생 시 소독방법

□ 소독방법

- 환자가 만진 물건 등은 소독액(염소 0.5%(5,000ppm))을 뿌린 후 10분 후에 물로 씻어냄

□ 소독시 주의사항

- 장갑, 마스크, 앞치마를 착용 후 소독 실시
- 소독을 할 때는 창문을 연 상태(외부 공기와 접촉된 상태)에서 실시하고 소독 후에도 충분히 환기 실시
- 소독액은 가연성 물질에 가까이 두지 말고 사용 후에는 소독 효과가 떨어지므로 보관하지 말고 버릴 것
- 소독 후에는 반드시 흐르는 물에 비누로 30초 이상 올바른 손씻기

□ 소독액 만드는 방법

염소 0.5% (5,000ppm)	
① 빈 생수통 500ml에 종이컵1/3양의 염소계 표백제를(5%기준) 붓습니다.	
	
② 물을 더해 500ml를 채운 후 뚜껑을 닫아 잘 흔들어 섞습니다.	
	

붙임 3 수족구병 질의응답

Q1

수족구병이란 무엇인가요?

- 주로 5세 이하 영유아의 콕사키바이러스, 엔테로바이러스 감염에 의해 발생하는 감염병입니다.
 - * 콕사키바이러스 A16형은 수족구병을 일으키는 매우 일반적인 원인균입니다.
 - * 엔테로바이러스 71형은 아시아에서 여러 번의 대규모 수족구병 발병을 일으킨 바 있습니다.

Q2

수족구병에 걸릴 위험이 있는 사람은 누구인가요?

- 유아 및 아동(주로 5세 이하)에서 발생하며 어린이집, 유치원 등 보육시설에서 발생합니다.
- 학생 및 성인에서도 발생할 수 있으나 증상은 경미합니다.

Q3

수족구병의 증상은 무엇인가요?

- 일반적으로 가장 먼저 나타나는 수족구병의 증상은 발열, 인후통, 식욕부진 및 피로감 (권태감) 등입니다.
- 발열 1-2일 후에, 입 안의 볼 안쪽, 잇몸 및 혀에 작은 붉은 반점이 나타나며, 수포 또는 궤양으로 변할 수 있습니다.
 - 또한, 손, 발 및 엉덩이에 피부 발진이 발생할 수 있으며, 가끔 팔과 다리에도 나타날 수 있습니다.
 - 발진에는 융기 또는 편평형 붉은 반점과 수포도 포함됩니다.
- 수족구병 증상은 보통 경미하며 대개 7-10일 내에 저절로 없어집니다.
- 수족구병에 걸린 모든 사람에게 이러한 증상이 나타나는 것은 아닙니다.
- 그러나 드물게 합병증이 나타날 수 있으며 면역체계가 아직 발달되지 않은 어린 영아의 경우, 엔테로바이러스 71형이 원인인 경우 합병증의 발생이 더 높습니다.
 - 뇌간 뇌척수염, 뇌염이나 회색질척수염과 같은 마비증상, 신경성 폐부종, 폐출혈, 심근염, 심장막염, 쇼크 및 급속한 사망 등을 초래하는 등 생명을 위협할 수 있습니다.

Q4

수족구병은 어떻게 전염되나요?

- 일반적으로 사람간의 접촉에 의해서 전파됩니다.
 - 감염자의 대변으로 오염된 손을 거쳐 다른 사람에게 전파됩니다.
 - 감염자의 코와 목 등 호흡기 분비물, 물집의 진물 또는 타액과의 직접접촉으로 전염됩니다.
 - 즉 감염된 사람이 손을 씻지 않은 채 다른 사람을 만지거나 물건의 표면을 오염시킬 때 흔히 전파됩니다.

- 수족구병을 일으키는 바이러스는 환경 표면에서 장시간 생존할 수 있습니다.
- 수족구병에 걸린 사람은 발병 첫 주에 가장 전염성이 크지만, 증상이 사라진 후에도 몇 주간 계속해서 전염시킬 수 있습니다.

Q5

수족구병은 얼마나 빨리 증상이 나타나요?

- 수족구병 증상은 보통 최초 노출 및 감염 3-7일 후에 나타납니다.

Q6

수족구병은 어떻게 진단하나요?

- 일반적으로 수족구병 진단을 위해 실험실 검사는 하지 않습니다.
 - 보통 환자의 나이, 증상 및 발진이나 궤양의 종류와 위치를 근거로 수족구병을 진단합니다.
- 중증 증상 경우는 인후 도찰(throat swab)법을 이용하거나 물집의 진물 또는 대변을 채취하여 검사합니다

Q7

수족구병은 어떻게 치료하나요?

- 특별한 치료제는 없으나, 증상완화를 위해 대증요법을 사용하기도 합니다.
 - 발열이나 통증을 완화하기 위해 해열 진통제를 사용
 - * 소아에서는 아스피린 사용금지
 - 입 안의 궤양으로 삼키기가 고통스럽고 어려워서 수분을 섭취하지 않아 심각한 탈수현상이 발생할 경우, 정맥용 수액 치료

Q8

수족구병은 어떻게 예방할 수 있나요?

- 수족구병의 경우 아직 국내에 상용화된 백신은 없으며, 임상시험이 진행 중입니다.
- 따라서 올바른 손 씻기 등 개인위생을 철저히 지키는 것이 감염을 예방하는 최선의 방법입니다.
 - 수족구병 환자가 있는 가정에서는 모두가 화장실 사용 후, 기저귀를 간 후 또는 코와 목의 분비물, 대변 또는 물집의 진물을 접촉한 후에는 반드시 흐르는 물에 비누로 30초 이상의 손 씻기를 철저히 해야 합니다.
- 비말이 다른 사람에게 전파되는 것을 방지하기 위해 기침에 절도 준수해야 합니다.
- 장난감과 물건의 표면은 먼저 비누와 물로 세척한 후 소독제로 닦아야 합니다.
- 수족구병에 걸린 아동은 열이 내리고 입의 물집이 나을 때까지 어린이집, 유치원이나 학교에 가지 말 것을 권장합니다. 또한 증상이 나타난 어른의 경우도 증상이 사라질 때까지 직장 출근하지 말 것을 권장합니다.