



3월 보건소식지

No.1

2024년 3월

담당자: 보건교사

학부모님 안녕하십니까?

장수한사랑유치원 입학에 축하하며 유치원 생활을 시작하는 유아들을 환영합니다. 유아 시절의 건강과 올바른 습관은 평생 건강의 밑거름이 됩니다. 보건실에서는 보건소식지를 통해 학부모님들과 소통하고 보건교육을 통해 우리 유아들의 건강 보호 및 증진에 최선을 다하겠습니다. 앞으로도 학부모님들의 많은 관심과 협조 부탁드립니다.



보건실 이용 안내

- ❖ 보건실 위치 : 1층
- ❖ 보건실 이용 대상 : 전체 유아
- ❖ 보건실 이용 절차
 - : 보건실에서 침상안정과 관찰이 필요한 경우 보건선생님의 판단 하에 요양을 하게 됩니다.
 - : 건강상 문제가 있어서 병원에 다니며 교내에서 주의를 요하는 사항이 있거나 약물을 복용하고 있는 유아는 입학원서(건강기초조사서)를 통해 조사하였으나 더 필요한 경우 보건상담을 통해 미리 알려주세요.
 - : 감염병이 의심되는 경우는 가급적 보건실을 이용하지 않으며, 담임선생님께 말씀드린 후 일시적 관찰실을 통해 학부모님과 동행 하에 귀가합니다. (의심증상: 발열, 구토, 설사, 피부발진 등)



유치원 응급관리 절차 안내

- ❖ 근거: 응급증상 및 이에 준하는 증상, 응급의료에 관한 법률 시행규칙 제2조 제1호
- 1. 위급하지 않으나 병원진료가 필요한 경우
 - 보건실에서 응급조치하고 보호자에게 연락하여 인계함을 원칙으로 합니다.
- 2. 위급하다고 판단되는 경우
 - 보호자에게 연락 후 담임교사가 유아와 동행하여 보호자가 원하는 후송병원 및 인근 병원으로 후송하여 보호자에게 인계를 하도록 합니다. (건강기초조사서에 작성해주신 병원으로 후송하나 기입이 안된 경우 또는 위급한 경우 유치원지정병원/근거리 병원으로 후송합니다.)
- 3. 움직이기 어렵거나 생명을 위협하는 위급상황 시
 - 119구조대에 연락하며 보건교사가 동행하여 보호자가 동의한 후송 병원으로 유아를 먼저 신속하게 후송합니다. (단, 보호자와 연락이 안된 경우 유치원지정병원/근거리 병원으로 후송합니다.)



봄철 알레르기 질환

❖ 꽃가루 알레르기

- : 꽃가루가 많이 날릴 때에는 실외 활동을 줄인다.
- : 꽃가루가 유행인 지역으로 여행을 삼간다.
- : 외출 시 안경과 마스크를 착용 하도록 한다.
- : 옷을 털고 손을 씻은 후 실내로 들어간다.
- : 낮 시간엔 창문을 닫고, 두 시간에 한번 정도 창문을 열어 환기 시키도록 한다.
- : 진공청소기나 물걸레로 집안을 자주 청소한다.

❖ 아토피피부염

- : 목욕은 미지근한 물에 20분 이내로 한다.
- : 비누 목욕은 2~3일 한번, 때는 밀지 않는다.
- : 보습제는 하루 2번 이상, 목욕 후 3분 안에 바른다.
- : 순면소재의 옷을 입어야 한다.
- : 적절한 실내 온도와 습도를 유지해야 한다.
- : 효과적이고 검증된 치료로 꾸준히 관리한다.

❖ 천식 및 알러지성 비염

- : 흡연자라면 반드시 금연하고 담배 연기도 마시지 않는다.
- : 감기나 독감 예방을 위해 손 씻기를 철저히 한다.
- : 실내는 청결하게 유지한다.
- : 공해나 황사가 심한 날은 외출을 삼가거나 황사 마스크를 착용한다.
- : 천식 발작에 대비한 약물을 항상 소지하고 정확한 사용법을 익혀둔다
- : 효과적이고 검증된 치료 방법으로 꾸준히 관리하여 천식, 축농증, 중이염 등의 합병증을 예방한다.



투약의뢰 방법(변경안내)

유아수첩에 변경된 투약 의뢰 방법을 안내하겠습니다.

->삭제

- 투약의뢰시 약봉투 또는 처방전을 반드시 제출해주시고 투약의뢰 날짜는 약봉투에 기재된 투여일수 까지만 가능합니다.

-> 변경사항

- 필요시 약봉투 또는 처방전 제출을 요구하면 제출하여 주세요.(예 : 장기 투약인 경우 등)

- ☆ 날짜, 투약시간, 증상(자세히), 약종류, 용량(1회분만), 냉장보관(필요할 경우 꼭체크),용법, 투약의뢰자서명(꼭)
- ☆ 동일한 약을 일정기간 투약할 경우 날짜를 기간으로 (예시: 3.4~3.7)작성해 주세요



감염병 예방을 위한 생활습관

- ☘ 등교 전 아이들의 건강과 안전을 위해 **마스크를 착용**해주세요.
- ☘ 기침 후, 식사 전 후, 야외활동 후 **손씻기 등 개인 위생을 철저히** 하도록 지도해주세요.

1. 올바른 손씻기 방법

- 구석구석 손만 잘 씻어도 감염병을 절반 이상 예방할 수 있는 **'올바른 손씻기 6단계!'**
- 아래 6단계에 따라 **흐르는 물에 비누를 사용해 30초 이상 거품을 내어** 손을 씻어주세요.

질병관리본부

30초 이상 올바른 손씻기 6단계

1 손바닥과 손바닥을 마주대고 문질러 주세요

2 손등과 손바닥을 마주대고 문질러 주세요

3 손바닥을 마주대고 손가락을 끼고 문질러 주세요

4 손가락을 마주잡고 문질러 주세요

5 엄지손가락을 다른 편 손바닥으로 돌려주면서 문질러 주세요

6 손가락을 반대편 손바닥에 놓고 손톱 밑을 깨끗하게 하세요

2. 올바른 마스크 착용 방법

2020.2.27.

올바른 마스크 사용법

- 1 마스크를 착용하기 전, 흐르는 물에 비누로 손을 꼼꼼하게 씻으세요
- 2 마스크로 입·코를 완전히 가려서, 얼굴과 마스크 사이에 틈이 없게 하세요
- 3 마스크 안에 수건, 휴지 등을 넣어서 착용하지 마세요
- 4 마스크를 사용하는 동안 마스크를 만지지 마세요
마스크를 만졌다면 흐르는 물에 비누로 손을 꼼꼼하게 씻으세요
- 5 마스크를 벗을 때 끈만 잡고 벗긴 후, 흐르는 물에 비누로 손을 씻으세요



3월 체격검사 실시 안내

- ☘ 3월에는 아이들이 일년내 얼마나 자랐는지 확인하고자 체격검사를 실시합니다.(3월19일 예정)

- 체격검사 결과 안내 : 유아 수첩 3월 '보건교사와 소통해요' 첨부 예정
- 우리아이의 백분위수 도표를 알고싶다면? 질병관리청 홈페이지 - 성장도표계산기/측정 입력 (https://knhanes.kdca.go.kr/knhanes/sub08/sub08_04.do)
- 우측 QR코드 통해 접속 가능



- 체격검사 항목 : 키(cm), 몸무게(kg), 체질량지수(kg/m²)
- 대한소아과학회 선별기준, 체격검사 결과

저신장	3 백분위수 미만
저체중	5 백분위수 미만
과체중	85 백분위수 이상 95 백분위수 미만
비만	95 백분위수 이상

- ※ 성장도표계산기는 소아청소년의 실측치를 기반으로 산출되어 12-18세 청소년의 경우 체질량지수가 **비만 선별 기준인 '연령별 체질량지수 95백분위수 미만'이라도 성인의 비만 선별 기준인 25kg/m² 이상인 경우**
- = **향후 아동이 성인 비만될 위험이 있을 수 있으므로 주의 필요**

■ 백분위수 확인법

- : 같은 성별과 연령 표준 인구 100명의 신체계측치를 오름차순으로 나열했을 때, 이 중 몇 번째에 해당되는지를 의미.
- 예) 신장 98백분위수 : 같은 성별, 같은 연령 아동 100명 중 키가 2번째로 크다.



3월 보건수업 계획

- ☘ 3월 보건수업은 보건실을 함께 알아보고, 보건실 규칙을 확인하는 수업으로 이루어집니다.
- ☘ 활동지 배부 예정이오니 가정에서 함께 도와주세요.
- 협조사항 : 아이 스스로 할 수 있도록 도와주세요. 수업시간에 배운 내용이 기억나지 않을 수 있어요. 다그치지 말고 기다려주세요.

- 장수한사랑유치원 -