



8월 코로나19 심리방역

홈페이지

http://www.kjdong.es.kr
교무실: (063) 544-8362
행정실: (063) 544-8363

학부모님, 안녕하세요. 여름방학이 끝난 후 즐거운 2학기가 시작되었습니다. 그러나 코로나 19로 여전히 지치고 어려움을 겪을 수 있는 시기입니다. 아래 내용을 참고하시어 두려움을 가지기보다는 예방하고 해결할 수 있도록 협조해주시기를 바랍니다.

코로나시기별정의

급성기 증상발현, 진단 4주 이내

아급성기 진단 이후 4주~12주

포스트 코로나 증후군 코로나 감염 중 또는 감염 후 발생한 증상이 12주 이후에도 존재하고, 다른 진단으로 설명되지 않는 경우

롱코비드 아급성기와 포스트 코로나 증후군을 통칭하는 용어

김제 동초

코로나시기별증상

급성기, 아급성기

열, 기침, 호흡곤란, 인후통, 몸살, 두통, 설사, 후각·미각 상실 등, 소화기, 심혈관, 피부, 호흡기, 신경계, 심혈관, 정신과적 증상이 나타날 수 있음.

포스트 코로나

포스트 코로나, 롱 코비드 시기에는 정신과적 증상이 주로 나타남.



김제 동초

코로나가 개인에게 주는 영향

- ▶ 코로나로 인해 개인의 우울감, 무기력증 등의 정신건강 문제가 증가
- 우울의 평균 점수는 2018년 대비 2021년에는 2배 이상 증가
- 우울 위험군 비율은 2018년 대비 2021년에는 6배 이상 증가

▶ 자살 위험성 증가 가능성

- 자가격리 및 치료를 마친 후에도 포스트코로나 증후군을 경험하며 우울, 불안등의 정신건강에 악영향을 미치는 문제가 발생할 수 있음

출처
-코로나19가 개인의 정신건강에 미치는 영향: 생애주기별 비교를 중심으로(김이레 외, 2022)
-포스트 코로나 증후군과 자살위험(I sher, Post-COVID syndrome and suicide, An International of Medicine, 2021, 1~4)

김제 동초

포스트 코로나&롱코비드를 대하는 자세

▶ 학생, 학부모 및 교직원

심리적 후유증을 겪고 있는 가족, 친구 등에게 도움이 될 수 있는 방법을 전달 및 공유

▶ 일반화진자

심리적 후유증 예방, 진단, 극복 요령 전달

▶ 자살 위험군 / 심리취약군

롱코비드 후유증에 대한 전반적인 인식과 극복을 위한 적극적인 심리 지원

김제 동초

*출처: 서울시자살예방센터

2022년 8월 29일
김 제 동 초 등 학 교 장 (직인생략)