

# 4월 보건소식

꽃들이 다투어 움트는 4월, 세상이 아름답게 새 옷을 입습니다. 설레는 봄이지만 오미크론 유행으로 건강 관리에 세심한 주의가 필요한 시기입니다. 건강한 생활습관 실천으로 4월을 즐겁고 활기차게 보내시기 바랍니다.

❗ 꼭 참여해 주세요!

## 건강상태 자가진단 실시

1. 매일 등교하기 전 '건강상태 자가진단' 실시
2. **확진 학생 : 자가진단 앱에서** 방역기관 통보내력 입력하기  
초록색 탭을 클릭한 후 확진 일자 입력하고 저장
3. 의심증상시 자가진단에 체크하고 등교중지(신속항원검사 실시)
4. 비밀번호 초기화가 필요한 경우 학교로 연락



## 세계 보건의 날 [4월 7일]

- ☑ 2022년 세계 보건의 날을 맞아 WHO가 발표한 올해의 주제는 "**우리의 지구, 우리의 건강**"입니다.
- ☑ 인류가 직면한 가장 큰 건강 위협의 원인 중 하나가 기후위기입니다. 우리 모두를 위해 지구의 건강도 함께 지켜가야할 때입니다.

### 📖 건강이야기

## 봄철 눈병 예방

**주의** 눈병은 주로 여름에 많이 발생하지만 미세먼지 등의 영향으로 봄철에도 자주 발생하고 있습니다.

### 알레르기성 결막염

꽃가루나 황사가 원인이며 알레르기성 결막염에 걸리면 눈이 심하게 가렵고 충혈되며, 심한 경우엔 눈주위가 부어오르기도 하나 전염력은 없습니다.

### 유행성 결막염

보통 눈에 바이러스가 들어간 후 7~10일 정도 후에 발병하게 되며, 일단 한번 발병하게 되면 평균 2~3주 정도 후이나 회복이 되어 가장 치료기간이 길고 전염력이 강합니다.



## 봄철 눈병, 예방과 치료

### 👁👁 4가지 행동요령

- 눈을 비비지 말고 외출 후 즉시 손을 씻습니다.
- 가정에서 수건은 가급적 따로 사용합니다.
- 대중식당 등에서 청결에 의심이 가는 물수건으로 눈을 닦으면 세균에 의해 특정 결막염에 걸릴 수 있습니다.
- 증상이 심하면 안과에서 진료와 처방을 받습니다.

## 성폭력 예방교육 어떻게 해야할까요?

아이들은 사회 속에서 수많은 사람들과 관계를 맺으며 질서와 규칙, 배려심을 배우면서 성장합니다.

아이들이 자신을 사랑하고 타인을 존중할 수 있도록 가정에서도 함께 지도해주세요.

### 또래 성폭력이란?

또래 친구들 사이에서 일어나는 성폭력으로 장난처럼 취급되는 경우가 많습니다.

친밀감을 표현하기 위한 또래끼리의 장난이라도 상대의 동의가 없는 무분별한 행동은 누군가에게 상처를 주는 성폭력이 될 수 있습니다.

### 🚫 이런 행동은 하지 않아요!

- 음란물(사진, 동영상 등)을 보여주거나 성적 언어와 성행동 흉내내기
- 장난으로 하는 바지 내리기, 속옷 보기
- 동의 없이 의도적으로 신체 접촉하기
- 동의 없이 스마트폰으로 사진을 찍어 친구들에게 보여주거나 인터넷, SNS에 올리기
- 화장실 안 들여다보기
- 상대방의 외모를 비유해서 성적으로 놀리는 행위
- 신체 변화를 놀리거나 장난하기
- 게임이나 벌칙으로 스킨십 강요하기
- 사이좋은 친구들을 보며 사귀냐고 놀리기
- 이성교제 중인 친구들에게 스킨십 강요하기

### 🏠 지속적으로 아이들에게 알려주세요.

- 일상생활에서 가르쳐주세요.  
혼자 있을 때는 가족 외에 문을 열어주지 않는 등 일상에서의 위험 요소와 대처법을 알려주세요.
- 자신과 타인의 몸을 소중히 여기도록 가르쳐주세요.
- 평소 자신의 의견을 정확히 이야기하도록 응원해주세요.
- 항상 다니던 곳도 위험할 수 있다고 알려주세요.  
등하굣길, 놀이터 등에서 혼자 놀지 않도록 합니다.
- 성폭력 가해자는 아는 사람이거나 친분이 있는 사람인 경우가 많으니 사례를 들어 가르칠 때 아는 사람도 포함하여 알려주세요.



## 야외활동 시 응급처치

봄은 야외활동이 늘어나는 계절입니다. 야외활동시 필요한 응급처치법을 알아봅시다.

### ▪ 벌에 쏘였을 때

카드를 이용해 침을 제거하고 얼음찜질 또는 약을 바릅니다. 호흡곤란, 현기증 등은 알러지 반응이므로 바로 병원에 가야합니다.

### ▪ 피부에 상처가 났을 때

물로 이물질을 깨끗이 씻고 소독약을 바릅니다. 심한 상처, 오염된 상처는 병원에 갑니다.

### ▪ 코피가 날 때

머리를 살짝 숙이고 지혈될 때까지 콧망울을 눌러줍니다. 지혈이 되지 않는 경우 병원에 가야합니다.

### ▪ 빠였을 때

안정을 취하며 얼음찜질을 하고 가능하다면 탄력붕대로 감아줍니다. 통증이 지속되거나 심해지는 경우 병원에 갑니다.

## 미세먼지 관련 질병결석 인정 절차

미세먼지 '나쁨'이상인 날에는 미세먼지 기저질환(천식, 알레르기, 아토피, 호흡기 및 심혈관 질환) 학생의 **질병결석**을 인정합니다.

- '기저질환(천식, 아토피, 알레르기, 호흡기 및 심혈관 질환 등)을 가진 민감군임을 인정한 의사의 진단서(또는 의견서)'를 학교에 제출합니다.
- 해당 의사소견서 및 진단서를 사전에 제출한 경우, 등교시간대 거주지 또는 학교 주변 실시간 미세먼지 농도가 '나쁨'이상일 때 당일 수업 시작 전 학부모님의 사전연락으로 **질병결석**이 인정됩니다.

※ 학생의 각 학년과정의 수료에 필요한 출석일수는 해당학년 수업일수의 3분의 2이상의 되어야 함

<출처: 교육부>