



자기만의 빛깔로 행복한 삶을 꿈꾸는 배움터

월명 2025-3호

3월 보건소식지

☎ 063-472-3008(보건실)

☎ 063-472-3001(교무실)



보건실 이용 안내

▶ 보건실 위치: 2층

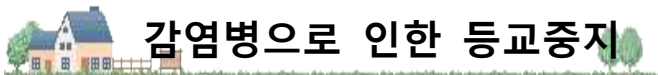
- 보건실에 올 때는 선생님께 꼭 말씀을 드립니다.
- 보건실에서는 다른 환자들을 위해 조용히 합니다.
- 많이 아프면 친구 1명과 같이 오고, 여러 명이 우르르 몰려오는 것은 좋지 않습니다.
- 집에서 약을 먹고 온 경우 꼭 얘기를 합니다.
- 아픈 곳을 자세히 이야기합니다.
- 고민이 있거나 건강에 대해 궁금한 점이 생길 때도 언제든지 보건실에 와서 상담할 수 있습니다.



학교 응급 절차 관리 안내

▶ 근거: 교육부 『학교응급환자절차관리』 매뉴얼 「학교교육과정」중에 발생하는 모든 안전사고의 경우

- 위급하지 않으나 병원진료가 필요한 경우, **보건실에서 응급조치하고 보호자에게 연락하여 인계함을 원칙으로 합니다.**
- 위급하다고 판단되는 경우, 보호자에게 연락 후 교사와 동행하여 인근 병원으로 우선 이송합니다.
- 움직이기 어렵거나 생명을 위협하는 위급상황 발생 시에는 119구조대에 연락하며, 보건교사와 교사가 동행해 학생을 병원으로 신속히 후송합니다.

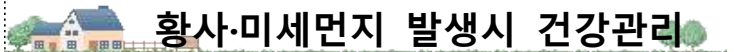


감염병으로 인한 등교중지

- 감염병 질환이 의심이 되면 학교에 등교하지 말고 담임선생님께 연락 후 진료를 받도록 합니다.
- 병원 진료 결과 등교중지가 필요한 감염병으로 확인

되면 **병명과 감염여부, 등교중지기간이 적힌 의사 소견서(또는 진료확인서)**를 발급받고 가정에서 요양합니다. **의사소견서(또는 진료확인서)** 제출 시 출석으로 인정됩니다.

병명	초기증상	등교중지기간
수두	발열과 동시에 발진, 수포	모든 발진이 딱지가 될 때 까지(발진 하루 전~7일간)
수족구병	발열, 발바닥, 구강 내 수포 및 궤양	수포 발생 후 6일간 또는 가피가 형성될 때까지
일본뇌염	몸이 노곤하고 고열	급성증상이 완전히 나을 때까지
유행성 이하선염	발열, 귀밑이 부어오름, 식욕부진	귀밑의 부어오른 것이 가라앉을 때까지
유행성 결막염	충혈, 안구통증, 눈부심	의사가 등교해도 된다는 진단을 받을 때까지
인플루엔자 (독감)	발열(37.5도 이상) 기침, 콧물, 코막힘 중 1개 이상	의사가 등교해도 된다는 진단을 받을 때까지
코로나 19	발열(37.5도 이상), 인후통, 근육통	격리권고기간 5일
A형간염	고열, 권태감, 식욕부진, 오심, 복통, 황달	감염자의 경우 증상 발생 후 2주간



항사·미세먼지 발생시 건강관리

- ① 가급적 외출을 피한다.
- ② 외출 시는 항사마스크, 긴 소매 옷을 착용한다.
- ③ 외출 후에는 미지근한 물로 눈을 씻는다.
- ④ 실내공기 정화 및 습도를 높인다.(50~60%)
- ⑤ 귀가 후 손, 발, 몸을 깨끗이 씻는다.
- ⑥ 수시로 철저히 손을 씻는다.
- ⑦ 학교생활에서는 체육활동을 피하고, 교실창문을 꼭 닫습니다.



3월24일, 세계결핵의 날

- 결핵 예방 및 관리의 중요성을 알리고 경각심을 고취시키기 위한 날로 **매년 3월 24일**입니다.
- 결핵은 공기로 감염되는 제2급 법정감염병으로 학생들은 교실에서 장시간 함께 생활하기 때문에 결핵 환자가 한 명이라도 발생하면 급속도로 확산되기 쉬운 호흡기 감염병입니다. 주로 폐결핵 환자로부터 나온 미세한 침방울 혹은 비밀핵(droplet nuclei: 기침이나 재채기로 결핵균이 들어 있는 입자가 공기 중에 나와 날아다니기 쉬운 형태로 된 것)에 의해 감염됩니다.

■ 결핵 증상

2주 이상 지속되는 잦은 기침, 가래, 객혈, 무력감과 미열, 호흡곤란, 가슴통증, 수면 시 식은땀

■ 결핵 치료

결핵은 치료만 제대로 하면 완치가 가능한 질병입니다.

- ① 결핵치료약은 반드시 결핵전문의에게 처방받는다.
- ② 분량의 약을 정해진 시간에 규칙적으로 복용한다.
- ③ 진단에 따라 6~18개월 이상 약을 매일 복용한다.
- ④ 2주 이상 지속되는 기침 시에는 반드시 검사한다.

■ 예방법

- ① **환기 실시** (하루 3회 이상 창문 열기)하기
- ② 균형 잡힌 영양섭취: 무리한 다이어트와 편식하지 않기
- ③ 규칙적인 식사 및 수면습관, 체력강화하기
- ④ 기침하는 사람은 꼭 **마스크**를 쓰기
- ⑤ 2주 이상 기침 지속시 결핵검사(병원, 보건소 방문)실시
- ⑥ 청결한 위생습관(손씻기, 기침예절) 실천하기

【출처: 결핵관리협회, 질병관리본부】



성희롱, 성폭력 예방교육

성희롱이란 상대방이 원하지 않는 성적 언동, 상대방이 거부하는 의사나 감정을 밝혔는데도 이를 무시하는 언동, 상대방에게 성적 굴욕감 또는 혐오감을 주는 언동 등을 말합니다. 이럴 때에는 성희롱 행위를 중지하도록 차분하고 명확한 어투로 자신의 느낌과 생각을 분명하게 표현해야 합니다.

1. 자신의 생각과 감정에 대한 의사표현을 분명히 하자.
2. 상대방의 생각과 감정을 존중하고 있는 그대로 수용하자.
3. 성적인 수치심을 느꼈을 때 당당하게 문제를 제기하자.

4. 성에 대해 이야기하는 것이 부끄러운 일이 아님을 알자.
5. 성에 대한 정확한 정보를 알자.
6. 성관련 문제가 생겼을 때 상담소 등 도움 받을 수 있는 기관이 있음을 알자.
7. 자신도 모르게 성폭력 가해자가 될 수 있으므로 말과 행동을 신중히 하자.
8. 음란물에 대한 비판적 사고력을 키우자.
9. 남녀 모두 존중 받아야 할 인격체임을 알자.
10. 주변에 피해자가 있을 때 도와줄 수 있는 방법을 알아 두자.



학생이 알아야 할 디지털성범죄 7가지 안전수칙

1. 나와 타인의 개인정보를 인터넷에 올리거나 다른 사람에게 전송하지 않는다.
2. 잘 모르는 사람이 보낸 인터넷 링크나 파일을 클릭하지 않는다.
3. 타인의 동의 없이 사진이나 영상을 찍지도 보내지도 않는다.
4. 타인의 사진이나 영상에 성적 이미지를 합성하지 않는다.
5. 타인의 사진이나 영상을 퍼뜨리겠다고 위협(협박)하지 않는다.
6. 잘 모르는 사람이 개인정보를 묻거나 만남을 요구하면 믿을 수 있는 어른에게 알린다.
7. 불법촬영, 유포, 협박 등으로 두려움을 느낄 때는 전문기관에 도움을 요청한다.



우리학교는 금연구역

2015년부터, 우리나라의 모든 학교는 물론 버스정류장, 모든 음식점과 커피전문점이 '**금연 구역**'으로 지정되었습니다. 금연 구역 내 흡연을 하면 과태료가 부과되며 전자담배도 과태료가 적용됩니다.

