



4월 보건소식

교무실 535-2983
행정실 535-2973
<http://kyoam.es.kr>

알림글


- ▶ 질병관리청은 지난 3월 23일 전국에 일본뇌염 주의보를 발령하였습니다. 모기에 물리지 않도록 주의합니다. *주의보 발령기준: 일본뇌염 매개모기인 작은빨간집모기가 최초 채집될 시
- ▶ 코로나19 등 감염병 예방을 위해 손 씻기, 기침예절 지키기 등 예방수칙을 철저히 지키도록 합니다.
- ▶ 면역력이 강하면 어떠한 병도 이길 수 있습니다. 개인위생수칙을 철저히 지키고 균형잡힌 식사 규칙적인 운동, 충분한 수면, 스트레스 관리 등으로 면역력을 높이도록 합니다.



봄철 눈병 예방

- ◆ 눈병은 주로 여름에 많이 발생하지만 미세먼지 등의 영향으로 봄철에도 자주 발생하고 있습니다.
 - 알레르기성 결막염
꽃가루나 황사가 원인이며 눈이 심하게 가렵고 충혈이 되며 심한 경우엔 눈 주위가 부어 오르기도 하나 전염력은 없습니다.
 - 유행성 각막염, 결막염
보통 눈에 바이러스가 들어간 후 7~10일 정도 후에 발병하게 되며 일단 발병하게 되면 평균 2~3주 후에 회복되어 치료 기간이 길고 전염력이 강합니다.
- ◆ 예방 및 치료
 - 외출 후 귀가 즉시 깨끗이 씻습니다.
 - 가족 중 눈병에 걸린 사람이 있다면 세면도구를 따로 사용합니다.
 - 증상이 있으면 안과 진료를 받습니다.

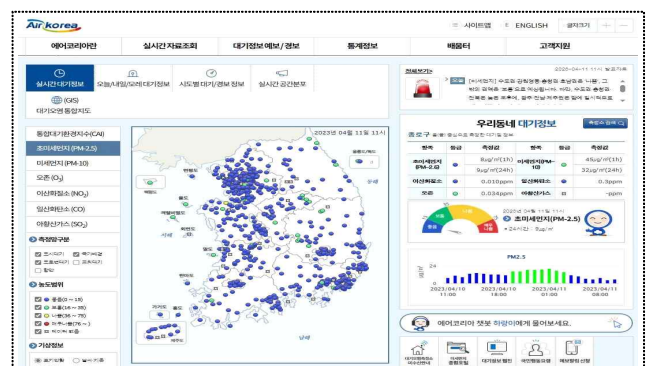
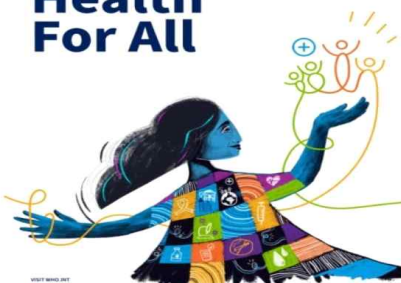
미세먼지 관련 기저질환 서류 및 질병결석 인정절차 안내

- ◆ 학생이 미세먼지 또는 오존 관련 기저질환 (천식, 알레르기, 아토피, 호흡기질환, 심혈관질환 등)이 있는 경우, 해당 질환에 대한 의사의 진단서 또는 의견서(의사소견서, 진료확인서 등)를 담임선생님께 제출합니다.
- ◆ 해당 의사소견서 및 진단서를 사전 제출한 경우 우리 지역의 미세먼지·오존 농도가 '나쁨' 이상인 경우, 당일 수업 시작 전에 학부모님의 사전 연락(담임선생님께 전화 또는 문자)만으로 질병결석이 인정됩니다.
- ◆ 미세먼지 및 오존 농도 및 예·경보상황 확인 방법
 - 홈페이지, 모바일 APP "에어코리아" 
 - 우리 동네의 실시간 미세먼지 농도 및 예·경보 상황 제공
 - 신청방법: 에어코리아 홈페이지 접속/고객지원 문자서비스
 - 문자발송: 미세먼지 예보등급 '나쁨' 이상 시 안내 문자 발송

4월 7일은 세계 보건의 날

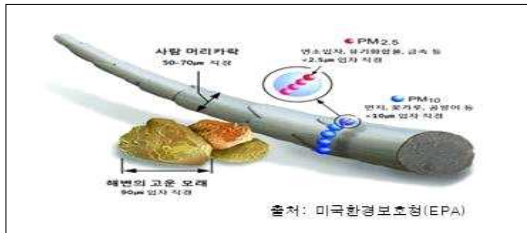
2023년 75주년을 맞이한 세계 보건의 날 주제는 모두의 건강(Health For All)입니다.

Health For All

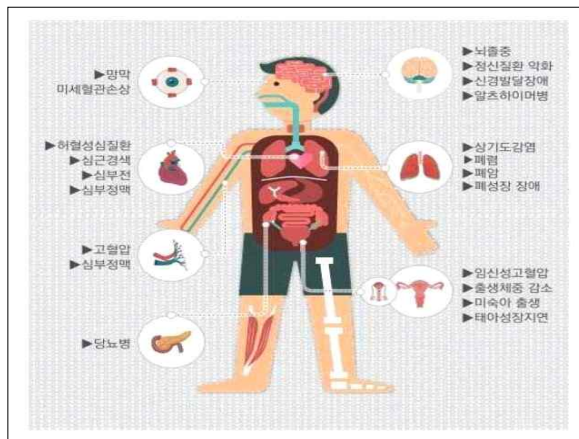


미세먼지 행동요령

- ◆ 미세먼지는 우리 눈에 보이지 않을 정도로 작은 먼지입자로 입자 크기에 따라 미세먼지(PM₁₀) 초미세먼지(PM_{2.5})라고 하며 머리카락 직경의 1/20~1/30 정도에 해당합니다.
세계보건기구(WHO) 산하 국제암연구소는 미세먼지를 인간에게 암을 일으키는 것으로 확인된 1군 발암물질로 분류하였습니다.



- ◆ 미세먼지 노출 후 나타나는 증상
 - 기침 많이 함, 가슴 답답함, 호흡 곤란, 피부 가려움, 안구건조, 눈 가려움 등
- ◆ 미세먼지가 건강에 미치는 영향
 - 미세먼지는 매우 작아 숨을 쉴 때 폐를 통해 바로 혈관까지 들어갈 수 있습니다.
 - 단기 노출 시에는 천식발작, 급성기관지염 부정맥 등의 증상이 있는 사람의 경우 그 증상이 악화될 수 있습니다.
 - 장기 노출 시에는 심혈관질환, 호흡기질환 폐암 발생 등의 위험이 증가할 수 있습니다.



- ◆ 미세먼지 발생 시 대응요령
 - 외출은 가급적 자제하기
 - 외출 시 보건용 마스크 착용하기
 - 외출 시 대기오염이 심한 곳은 피하고, 활동량 줄이기
 - 외출 후 깨끗이 씻기
 - 물과 비타민C가 풍부한 과일·야채 섭취하기
 - 환기, 실내 물청소 등

디지털성폭력 예방 7가지 안전수칙

- ◆ 잘 모르는 사람이 보낸 인터넷 링크나 파일을 클릭하지 않습니다.
- ◆ 나와 타인에 대한 개인정보를 올리거나 전송하지 않습니다.
- ◆ 타인의 동의 없이 사진, 영상을 찍지도, 보내지도 보지도 않습니다.
- ◆ 타인의 사진, 영상에 성적 이미지를 합성하지 않습니다.
- ◆ 타인의 사진, 영상을 퍼뜨리겠다고 위협하지 않습니다.
- ◆ 잘 모르는 사람이 개인정보를 묻거나 만남을 요구하면 어른에게 알립니다.
- ◆ 촬영, 유포, 협박 등으로 두려움을 느낄 때 전문기관에 도움을 요청합니다. (☎1366)

[보호자가 알아야 할 디지털성범죄 예방수칙]

- ◆ 아동의 온라인 활동에 관심을 갖고 충분한 대화를 나눕니다.
- ◆ 개인정보를 온라인에 올리거나 타인에게 전송하지 않도록 알려줍니다.
- ◆ 불법촬영, 비동의 유포, 성적 이미지 합성 등 디지털성범죄 위험성에 대해 알려줍니다.
- ◆ 잘 모르는 사람이 개인정보를 묻거나 만남을 요구하면 반드시 알릴 것을 당부합니다.
- ◆ 피해 사실을 알았을 때 아동의 잘못이 아님을 알려주고 진심으로 지지해줍니다.
- ◆ 피해 사실을 알았을 때 전문기관에 도움을 요청합니다. (☎1366)



응급처치...코피가 날 때

- ◆ 고개를 앞으로 숙입니다.
 - 기도로 피가 넘어갈 수 있으므로 절대로 목을 뒤로 젖히지 않습니다.
- ◆ 소독솜이나 휴지로 코를 막습니다.
- ◆ 엄지와 검지로 5분에서 10분 이상 콧잔등을 누릅니다.
- ◆ 얼음주머니를 대주면 빨리 지혈시킬 수 있습니다.
- ◆ 피가 목으로 넘어가는 경우 삼키지 말고 뱉습니다.
- ◆ 계속하여 지혈이 되는 않는 경우에는 병원을 방문합니다.

