

인플루엔자 확산 예방 및 유행성 감염병 예방 안내

학부모님 안녕하십니까?

학교 내 인플루엔자가 계속 유행하고 있습니다. 이에 인플루엔자 확산 예방 및 수두, 유행성 이하선염 감염 예방을 위한 관련 유행성 감염병 예방에 대한 정보를 안내 드리오니 건강한 생활을 위하여 가정에서도 유행성 감염병 예방 관리에 힘써주시기 바랍니다.

인플루엔자

- **인플루엔자란?** 인플루엔자 바이러스에 감염되어 발생하는 계절성 독감
- **임상증상** : 전신 증상 및 호흡기 증상이 갑자기 시작됨
 - 발열, 두통, 근육통, 피로감 등의 전신 증상과 인후통, 기침, 객담, 콧물, 코막힘 등의 호흡기 증상
 - 복통, 구토, 설사 등의 증상이 동반 될 수 있고 어린 소아에서 더 흔함
 - 중이염, 폐렴 등의 합병증이 올 수 있고, 드물지만 심혈관, 신경계 합병증이 발생함
 - 노년층이나 만성질환자 등에서 기저질환 악화와 합병증으로 사망도 가능함
- **잠복기** : 1~4일(평균 2일)
- **전염기간**
 - 대체로 증상발현 1일 전부터 발병 후 약 5일까지 전염력이 높음
 - 소아에서는 전염가능 기간이 더 길어 증상 시작 후 10일 이상까지도 전염력이 있을 수 있음
- **전파경로**
 - 호흡기(비말) 전파 : 주로 환자의 기침·재채기를 할 때 분비되는 호흡기 비말 통해 전파됨
 - 폐쇄 공간의 밀집 집단에서 공기감염도 가능하며, 인플루엔자 바이러스에 오염된 물건을 만지고 나서 눈이나, 코, 입 등을 만지는 경우 접촉감염도 가능함
 - 동물에서 인간으로 감염은 흔하지 않으나 감염된 동물의 분비물에 직접·간접적으로 접촉했을 때 감염 가능
- **예방수칙**

- 65세 이상 노인, 만성질환자, 생후 6~59개월 소아, 임신부, 50~64세 연령 등 예방접종 권장 대상자는 예방접종을 받습니다.
- 자주 손을 씻고 개인 위생수칙을 잘 지킵니다.
- 기침이나 재채기를 할 때에는 손수건이나 휴지, 옷깃 등으로 입을 가리며 기침 에티켓을 지킵니다.
- 발열과 호흡기 증상(기침, 목 아픔, 콧물 등)이 있는 경우 마스크를 착용합니다.
- 인플루엔자가 유행할 때에는 가급적 사람들이 많이 모이는 장소의 방문을 피합니다.
- 인플루엔자 의심 증상이 있는 경우 즉시 의사의 진료를 받습니다.

유행성 이하선염

■ 질병정보

유행성 이하선염은 공기매개에 의해서 또는 감염된 비말핵이나 타액과의 직접 접촉으로 전파되며, 전염력은 인플루엔자나 풍진과 비슷하나, 홍역이나 수두보다는 약함. 전염력은 증상 발현 3일 전부터 발현 4일까지이며, 바이러스는 이하선염 발생 7일 전부터 발생 9일까지 타액에서 분리됨

■ 증상

- 잠복기 : 14~18일
- 약 20%가 증상이 없는 감염이며, 전구기(1~2일) 기간에는 발열, 두통, 근육통, 구토 등
- 발병 초기에는 한쪽 귀밑샘(이하선)에서 시작하여 2~3일 후에는 양측 다 침범하며, 약 30%는 한쪽만 침범하고, 귀밑샘(이하선) 침범 시 귀를 중심으로 단단하게 부어오르고 동통과 압통을 동반

■ 전파경로

- 감염자의 기침, 재채기 등을 통해 나오는 비말이나 타액과의 직접 접촉으로 전파

■ 합병증

- 무균성 수막염 또는 뇌염, 사춘기 이후에는 고환염, 부고환염 또는 난소염, 췌장염 및 난청을 일으킬 수 있으며, 이 외에도 심근염, 관절염, 신장염, 혈소판 감소증 등이 발생할 수 있음

■ 예방접종

- 접종대상 : 모든 영유아
- 접종시기 : MMR 백신을 생후 12~15개월, 만 4~6세에 접종
- 접종용량 및 방법 : 상완외측면에 0.5mL 피하주사

■ 치료

- 특별한 치료 방법은 없음. 대다수의 환자가 자연 치유되므로 보존적인 치료로 충분한 경우가 대부분이며 통증이 심한 경우 진통제 투여함
- 저작 장애나 췌장염이 있을 때에는 식이조절, 정맥을 통한 영양 공급 등을 고려함
그 외에 뇌수막염 및 췌장염 등 합병증으로 구토 심할 경우 수분과 전해질을 보충해 줌

■ 예방방법

- 위생관리 철저 : 키보드, 마우스, 모니터 등 철저한 소독 필요
- 손씻기 생활화 및 개인위생 철저
- 음식을 함께 나누어 먹지 않기(침으로 감염됨)
- 기침 및 상기도 감염이 의심되면 마스크 착용 필수
- 귀 밑이 부으면서 누를 때 아프면 지체없이 병원 진료 받기

수 두

수두는 전염성이 아주 강한 바이러스성 질환으로 호흡기 분비물을 통해 전파되거나 환자의 피부 병변과의 직접적인 접촉을 통해 전염될 수 있습니다. 수두의 증상은 처음에는 감기와 비슷한 증세로 1~2일간 발열과 피로감을 호소합니다. 발진은 얼굴에서부터 몸통과 팔다리로 퍼지는데 일반적으로 가려움을 동반하고 물집의 형태에서 농포로 바뀌고 차츰 가피(딱지)가 생기게 됩니다. 수두는 모든 피부병변에 가피(딱지)가 생길 때까지 전염력이 있으며 이 기간 동안에는 등교를 하지 않아야 합니다. 대부분의 학생들이 수두 예방접종을 받았지만 수두 예방접종 후에도 일부의 학생들은 수두에 감염될 수 있습니다.

● 수두 예방접종의 중요성

자녀가 수두 예방접종을 받은 적이 없고 수두를 앓은 적이 없는 경우 의사와 상의하여 수두 예방접종을 받도록 합니다. 수두 환자와 접촉한 후에도 3일 안에 예방접종을 할 경우 90% 이상 발병을 예방할 수 있으며, 발병하여도 증상 완화 효과가 있습니다.

● 자녀가 수두에 걸렸거나 의심될 경우

- 수두로 진단 받은 경우 '등교중지'하고 담임 선생님께 알립니다.
- 등교중지 기간은 의사 소견에 따르도록 합니다.
- 수두 예방접종력이 없고 수두에 걸린 적이 없는 사람과 접촉하지 않도록 하며, 모든 피부 병변에 가피(딱지)가 생길 때까지(혹은 24시간 동안 새로운 피부병변이 생기지 않을 때까지) 등교를 하지 않고 집에 있도록 합니다.
- 모든 피부병변과 상처는 깨끗이 관리하고 2차 감염이 되지 않도록 주의합니다.

자료 출처

1. 질병관리본부 학교감염병 표본감시 2015년 39주 소식지 (게시 작성일 2015.10.2.) 참조
2. 질병관리본부 감염병관리 참조
3. 학생 감염병 예방·위기대응 매뉴얼 [초·중·고, 특수학교용 상세본]

2017년 4월

호 남 제 일 고 등 학 교 장