

인플루엔자 감염예방 및 관리 안내

학부모님 안녕하세요?

본교에 인플루엔자(독감) 학생이 계속 발생하고 있어서 각별한 주의와 관심이 필요합니다. 독감은 제3군 법정감염병으로 전염력이 강합니다. 독감의심 증상 시 빨리 병원진료를 받고, 독감으로 진단 시 담임교사에게 연락주시기 바랍니다.

춥고 건조한 날씨로 감기 등 호흡기증상 학생도 많아 질 수 있습니다. **호흡기증상 시 반드시 감염 예방을 위해 마스크를 쓰고 등교하고, 기침예절을 지킵니다.**

인플루엔자 예방법을 다시 보내드리오니 가정에서의 적극적인 협조 부탁드립니다.

㉠ 인플루엔자 예방 행동 수칙 ㉠

첫째, 손을 자주 씻고, 손으로 눈·코·입을 만지는 것을 피하십시오.

- 외출 후 집에 돌아왔을 때, 바로 손을 씻으십시오.
- 흐르는 물에 비누 등으로 20초 이상 손을 씻으십시오.

둘째, 재채기나 기침을 할 경우에는 휴지로 입·코를 가리고 하십시오.

- 기침이 계속될 경우 **마스크를 사용하십시오.**
- 휴지가 없을 경우에는 옷소매로 가리고 하십시오.
- 기침 시 사용한 휴지는 버리고 손을 깨끗하게 씻으십시오.

셋째, 인플루엔자 예방접종 권장대상자 중 미접종자는 예방접종을 받으십시오.

(독감예방접종이 가능한 병·의원에서 접종하세요!!)

넷째, 인플루엔자 의심증상이 있을 때는!!

- 신속하게 가까운 병원에서 진료를 받고, 충분한 휴식과 수분섭취를 하시기 바랍니다.
- 손씻기, 기침예절을 지키며, **다른 사람과의 접촉을 자제합니다.**
- 독감으로 진단 시 담임교사에게 연락주세요. (의사소견서를 제출하면 등교중지 가능) - **독감은 등교중지가 필수는 아니나, 확산방지와 치료를 위해 전염기간 동안 등교중지 가능함.**
- 발열과 호흡기증상(기침, 목 아픔, 콧물 등)이 있는 경우 **마스크를 착용**합니다.
- ※ **인플루엔자 의심 증상** : 37.8°C이상의 발열, 인후통, 근육통, 기침, 콧물 또는 코막힘 등

㉡ 감기와 인플루엔자(독감)의 차이 ㉡

구 분	인플루엔자	감 기
발열	37.8°C~40°C(고열)	드물고 경미
근육통, 관절통	심함	드물고 경미
콧물·코막힘	때때로	흔함

- 독감과 감기는 다릅니다.
일반 감기는 병원진료 없이 나올 수 있으나, 독감은 병원 진료가 꼭 필요합니다.
- 독감은 초기에 빨리 치료받는 것이 효과적입니다.

<생활 속 호흡기증상 예방수칙>

- 자주 비누로 손을 씻어요.
- 손으로 눈, 코, 입을 만지지 않습니다.
- 기침예절 준수 : 기침이나 재채기를 할 때는
마스크를 쓰고, 마스크가 없다면
 팔로 입과 코를 가리고 하는 “기침예절” 을 준수합니다.
- 마스크 쓰기 : 발열과 호흡기 증상(기침, 목 아픔, 콧물 등)이 있는 경우 마스크를 씁니다.
- 의사의 진료받기 : 고열이나 근육통, 귀가 아프다면 즉시 의사의 진료를 받습니다.

<올바른 손씻기>

◆ 손씻기의 효과

구분	비누세척	물세척	위생물수건	위생물티슈
감수율(%)	99	93	81	50

◆ 1830 손씻기 운동 실현하기 (아루에 8번, 1회 30초간, 비누로)



<기침예절 지키기>

- 기침이나 재채기를 할 때는 티슈로 입과 코를 가리고 하세요.
- 티슈가 없으면 소매로 가리고 하세요
- 자주 기침을 할 때는 반드시 마스크를 착용합니다.

2016년 11월

호 남 제 일 고 등 학 교 장