

환절기 인플루엔자 예방안내

학부모님 안녕하십니까?

환절기에 인플루엔자가 유행하고 있어 감염 예방을 위하여 관련 인플루엔자에 대한 예방정보를 안내드리오니 학생들의 건강한 학교생활을 위하여 가정에서 교육 자료로 활용하여 주시기 바랍니다.

- **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 호흡기증상
 - 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 난 후 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.

☞ 자녀가 인플루엔자에 걸렸거나 의심될 경우 ☜

1. 인플루엔자에 걸렸거나 의심될 경우 의사의 진찰을 받는다.
2. 인플루엔자로 진단받은 경우 담임선생님에게 자녀가 인플루엔자에 걸렸음을 알립니다.
3. 예방접종력이 없거나 인플루엔자에 걸린 적이 없는 사람과 접촉하지 않도록 하고, 감염병 증상 발현 후 5일 정도까지는 학교 등에서의 집단 발병을 예방하기 위해 등교하지 않고 집에 있도록 합니다.
(학원 등도 가지 않는다)
4. 손 씻기를 자주하고 기침이나 재채기를 할 때에는 반드시 휴지를 사용하거나 손수건이나 옷 등으로 가리고 하며, 기침 에티켓을 지키고 마스크를 착용하도록 합니다.
5. 타액이나 호흡기 분비물 등으로 오염된 물건은 소독하여 사용합니다.

- 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]

2019년 4월

호남제일고등학교장