



# 가정통신문

## 인플루엔자 예방

남원용성중학교  
주 소 : 남원시 춘향로 73  
( <http://www.nwys.ms.kr> )  
교무실 : (063) 633-4549  
팩 스 : (063) 631-4734

학부모님께

안녕하십니까? 가정이 늘 평안하시길 기원합니다.

10월 인플루엔자의 발생보고 현황을 보면 작년 동일기간보다 이른 증가 양상을 보여 인플루엔자 유행 이전부터 각별한 예방이 요구되고 있습니다. 이에 인플루엔자 예방수칙을 안내 하오니 가정에서도 감염병 예방에 만전을 기하여 주시기 바랍니다.

인플루엔자 의심 증상이 있는 학생의 경우 **마스크를 착용**하고, 병원진료를 받을 수 있도록 해주십시오. 인플루엔자로 진단될 경우 의사의 처방에 따른 치료 후, **해열제 복용 없이 48시간 동안 체온을 회복하여** 등교할 수 있도록 하여 주시기 바랍니다.

### ※ 인플루엔자 의심 증상

- **38°C 이상의 갑작스러운 발열과 더불어 기침 또는 인후통을 보이는 경우**

- 올바른 손씻기 습관
  - 흐르는 물에 비누를 사용하여 30초 이상 손씻기
  - 외출 후, 배변 후, 식사 전·후, 코를 풀거나 기침, 재채기 후 등 실시
- 기침(재채기) 예절 지키기
  - 손이 아닌 휴지나 옷소매로 입과 코를 가리는 기침예절 지키기
  - 호흡기 감염병 의심증상이 있을 시 즉시 마스크 착용
  - 사용한 휴지와 마스크는 바로 쓰레기통에 버리기(마스크 끈 잡고 버리기)
- 유행 시기에 사람이 많이 모이는 장소 가지 않기
- 인플루엔자 의심증상이 발생한 경우 다른 사람과 접촉하지 않고 곧바로 가까운 의료기관에서 진료를 받은 후 집에서 충분한 휴식 및 수분·영양 섭취
- 인플루엔자는 제3군 법정 감염병으로 결석기간 동안 출석으로 인정됩니다.  
(독감 진단받으면 우선 담임선생님께 연락, 완치 후 등교 시 병명 기재된 소견서나 확인서 제출)



#### 예방접종 하기 !

항체 형성에 2주 정도 소요되므로  
**인플루엔자 유행 이전(10~11월)**에  
접종을 완료하는 것이 효과적입니다.



#### 손 씻기 !

외출 전후 흐르는 물에 비누로 30초 이상!  
손만 꼼꼼하게 씻어도 감염병 예방에 큰  
효과를 볼 수 있습니다.



#### 기침예절 지키기 !

기침이 나올 때에는, 휴지나 옷소매로  
입과 코를 막아주세요!  
모두의 감염을 막을 수 있는  
행동양식입니다.



#### 등교 자제하기 !

인플루엔자 의심증상이 나타날 경우,  
병원을 방문하여 진료를 받고  
집단 유행을 막기 위해 등교를 자제하도록  
합니다.

## ● 인플루엔자란?

구 분	내 용
병원체	인플루엔자 바이러스(Influenza virus A·B·C) 감염에 의한 급성 호흡기 질환
전파경로	감염된 환자의 호흡기로부터 비말(droplet)로 전파
증상 및 임상경과	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 고열(38~40℃), 마른기침, 인후통 등 호흡기 증상과 두통, 근육통, 피로감, 쇠약감, 식욕 부진 등 전신증상을 보임</li> <li>▪ 그 외에도 콧물, 코막힘, 안구통, 구토, 복통 등이 동반될 수 있음</li> <li>▪ 대부분 경증으로 자연 치유되지만 노인, 영유아, 만성질환자, 임신부 등은 합병증 발생 또는 기저질환의 악화로 입원치료를 받을 수 있고 일부는 사망에 이를 수 있음</li> <li>▪ 증상 지속기간 5일~9일</li> </ul>
감염기간	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 감염력은 증상시작 1일 전부터 4일~5일간 가장 높지만, 소아나 면역저하자는 바이러스 배출기간이 2주 이상 길어지기도 함</li> </ul>
치료	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 대증요법</li> <li>▪ 항바이러스제 치료</li> </ul>
환자관리	증상 발생 후 5일간 등교, 등원, 출근 등 제한 권고
예방	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 일반적 예방 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 올바른 손씻기 : 흐르는 물에 비누로 30초 이상 손씻기</li> <li>- 기침 예절 : 마스크 쓰기, 옷소매 및 휴지로 가리고 기침 등</li> <li>- 손으로 눈, 코, 입 등을 만지지 않기</li> <li>- 기침, 콧물, 발열 등 유증상자와 접촉 피하기</li> </ul> </li> <li>▪ 예방 접종 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 권장시기 : 10~11월</li> <li>- 만 9세 이상 소아 및 성인 : 과거 접종력과 상관없이 1회 접종</li> <li>- 생후 6개월 이상~만 8세 소아 : 예방접종을 처음 받는 경우 4주 간격으로 2회 접종</li> </ul> </li> </ul>

## ● 인플루엔자 Q & A

**Q1. 인플루엔자 바이러스에 노출된 후 얼마 만에 증상이 나타나며, 얼마 동안 다른 사람에게 전염시킬 수 있습니까?**

인플루엔자 증상은 바이러스에 노출된 후 보통 1~4일(평균 2일) 정도 지나면 나타나게 됩니다. 인플루엔자 환자의 경우 나이에 따라서 전염기간에 차이가 있는데, 성인의 경우 대개 증상이 생기기 하루 전부터 증상이 생긴 후 약 5일 동안 감염력이 있으나 소아의 경우에는 증상 발생 후 10일 이상 감염력이 있는 경우도 있습니다.

**Q2. 올해 인플루엔자 예방접종을 했는데 인플루엔자에 걸릴 수 있나요?**

인플루엔자 예방접종을 받더라도 인플루엔자에 걸릴 수 있습니다. 인플루엔자 예방접종 후 약 2주가량 경과되면 방어항체가 형성됩니다. 따라서 그 이전에는 인플루엔자에 감염될 수 있습니다. 또한 접종한 백신의 바이러스와 당해 유행 바이러스의 종류가 다르면 백신의 효과가 떨어집니다. 백신을 접종받는 사람의 연령이나 기저질환, 건강상태에 따라서도 백신 효과가 떨어질 수 있으며 이 경우 인플루엔자에 걸릴 수 있습니다.

2019년 10월 22일

남 원 용 성 중 학 교 장