



가정통신문

여름철 감염병 예방 수칙

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

학부모님 댁내에 건강과 행복이 가득하시길 기원합니다.

건강한 여름을 보내기 위해서 집에 돌아오면 얼굴, 손·발 깨끗이 씻기, 주변 청결하게 하기, 규칙적인 생활하기, 필요한 예방접종 받기, 불량식품 사 먹지 않기 등 개인위생 실천이 습관화되도록 가정에서도 지속적으로 지도하여 주시기 바랍니다.

□ 여름철 유행 감염병 예방 수칙

유행성 각결막염	원 인	아데노바이러스(adenovirus)
	증 상	충혈, 눈곱, 이물감 및 눈물, 눈의 통증, 시력장애 ※치료기간이 길고 전염력이 강함.
	예방 및 치료	①철저한 손 씻기 ②유행성 눈병환자와의 접촉을 삼가 ③발병 시 즉시 의료기관 진료 ④수건이나 개인 소지품 등을 다른 사람과 공유하지 않는다.
세균성 이질	원 인	시겔라(Shigella)균에 의한 감염
	증 상	심한 복통, 오한, 발열, 점액과 혈변 섞인 설사
	예방 및 치료	①손을 깨끗이 씻기 ②음식은 익혀먹고, 물 끓여 먹기 ③위생적으로 음식 조리하기
비브리오 패혈증	원 인	원인균(Vibrio vulnificus)에 오염된 어패류의 생식 또는 바닷물과 접촉 시 피부상처를 통한 감염
	증 상	수양성 설사, 복통, 오심, 구토, 발열, 두통, 1/4에서 혈성 또는 점성 설사, 고열, 백혈구 수치 상승 등 세균성이질과 비슷한 임상양상
	예방 및 치료	①어패류는 반드시 익혀먹기(56°C이상 가열) ②피부상처가 있는 사람은 해수욕 등 바닷물 접촉에 의한 감염 주의
일본뇌염	원 인	바이러스에 감염된 작은 빨간집 모기에 의해 전파
	증 상	고열, 두통, 현기증, 구토, 복통, 지각 이상, 의식장애
	예방 및 치료	①모기방역 ②저녁, 밤시간 어린이 주의 ③예방접종 : 만6세, 12세 각1회 추가접종 ④모기기피제 사용하기 ⑤모기유충의 서식지가 될 수 있는 고인물 없애기
중증열성 혈소판 감소증 (SFTS)	원 인	중증열성혈소판감소증후군(SFTS) 바이러스에 감염된 작은 소참진드기에 물려 감염
	증 상	고열, 구토, 설사, 혈소판 감소, 증상이 심해질 경우 근육통, 의식장애, 경련, 혼수상태 등
	예방 및 치료	※진드기에 물리지 않는 것이 최선! ①밝은색 긴 옷 착용과 진드기 기피제 사용하기 ②휴식할 때에는 기피제를 뿌린 돛자리 사용하기 ③귀가 즉시 목욕을 하고, 옷·소품(모자 등)은 바로 세탁하기 ④몸에 진드기가 붙어 있는지 꼼꼼히 확인하기
수족구병	원 인	주로 콕사키바이러스, 엔테로바이러스 71형 등 엔테로바이러스 그룹에 의하여 발병
	증 상	혀, 잇몸, 뺨의 안쪽 점막과 손, 발등에 수포성 발진
	예방 및 치료	①전염기간(발병 후 1주일) 접촉 최소화 ②환자의 배설물이 묻은 옷 등을 철저히 세탁하기 ③손씻기를 생활화

□ 수인성 감염병 예방 수칙

구 분	증 상	예 방
비브리오 패혈증	갑작스런 오한, 발열, 근육통, 구토, 설사, 발병 후 36시간 내 피부병변	<p>★56°C이상 열을 가하면 균이 파괴되므로 어패류는 충분히 가열 후 섭취하기.</p> <p>★위험계층은 6월부터 어패류 생식을 금하고, 피부상처를 통해 감염되지 않도록 낚시 등을 금합니다.(간 질환자, 만성질환자, 위절제술, 위장관질환자, 면역억제 치료 중인 환자 등)</p>
장출혈성 대장균	오염된 식품을 섭취한 후 미열, 복통, 구토, 출혈을 동반한 물 같은 설사	<p>★소고기 조리 시 70도 이상, 2분 이상 가열하여 균을 사멸시키기.</p> <p>★도마, 조리기구 등의 청결사용 및 소독을 철저히 합니다.</p> <p>★개인위생 철저히 2차 감염 방지 : 철저한 손 씻기 (장출혈성대장균은 오염된 식품 이외에 동물 또는 감염된 사람과의 접촉 등을 통하여 전파될 수 있음.)</p>
식중독 노로바이러스	산통성복통과 물과 같은 설사, 구역, 구토, 두통 및 발열	<p>1. 신선채소류</p> <p>▶신선채소는 세척.소독 및 데치기</p> <p>① 세척방법(먹는 물에 5분간 담근 후 흐르는 물에 2~3회 세척)</p> <ul style="list-style-type: none"> 싱크대는 채소류, 어패류, 육류를 구분하여 작업 한 개의 싱크대를 사용하는 경우 신선채소를 가장 먼저 세척 <p>② 데치기 방법(무침용 채소, 74°C에서 1분 이상)</p> <p>2. 육류 및 가공품</p> <p>▶육류는 교차오염 방지 및 가열.조리(74°C에서 1분 이상) 철저히</p> <p>① 교차오염</p> <ul style="list-style-type: none"> 칼.도마는 용도별로 구분사용 한 개의 도마로 사용할 경우「채소류→세척 →육류→세척→어류→세척→가금류」순으로 사용 <p>② 가열.조리</p> <ul style="list-style-type: none"> 육류의 중심부 온도가 74°C에서 1분 이상 되도록 충분히 가열.조리 <p>3. 음식물 보관</p> <ul style="list-style-type: none"> 날고기나 조리하지 않은 생선은 다른 식재료와 닿지 않도록 할 것 남은 음식은 바로 냉장보관 하고 2시간 이상 상온에 두지 말 것 반찬을 덜어 먹다가 다시 넣을 경우 구분을 지어 다음번에 먼저 먹도록 할 것. 냉장실의 온도는 4.4°C 이하, 냉동실의 온도는 -17.8°C 이하가 되도록 유지 할 것 식품을 실온에서 최대 4시간 이내로 보관.
세균성 이질	고열, 구역, 구토, 경련성복통, 대변에 혈액이나 고름이 섞여 나옴	
장티푸스	지속적 고열, 두통, 오한, 발열, 설사, 가슴과 배에 장미같은 발진	
콜레라	쌀뜨물 같은 설사, 구토, 전신근육통 발열 및 복통은 거의 없음	<p>4. 위생관리 강화</p> <ul style="list-style-type: none"> 흐르는 물에 비누를 이용하여 30초간 손 씻기. 손에 피부화농성 질환이 있는 사람은 완치 될 때까지 조리를 금지. 환자의 배설물, 배설물이 묻은 옷 등은 철저히 소독. 모든 우유나 식료품은 살균이 된 것 먹기. 유행지역에서는 꼭 물을 끓여 먹기. 쓰레기통은 뚜껑을 덮고 파리나 해충이 생기지 않게 주위를 청결유지. 행주, 도마, 칼 등은 햇볕에 말리거나 삶기.

<출처: 질병관리본부, 보건복지부>

2019. 6. 26.

남 원 용 성 중 학 교 장