



# 가정통신문

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

## 여름철 감염병 예방 수칙

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 ②후식할 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 노로 바이러스	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"> <li>싱크대는 채소류, 어패류, 육류를 구분하여 작업</li> <li>한 개의 싱크대를 사용하는 경우 신선채소를 가장 먼저 세척</li> </ul> <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"> <li>칼.도마는 용도별로 구분사용</li> <li>한 개의 도마로 사용할 경우「채소류→세척 →육류→세척→어류→세척→가금류」순으로 사용</li> </ul> <p>② 가열.조리</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>육류의 중심부 온도가 74°C에서 1분 이상 되도록 충분히 가열.조리</li> </ul> <p>3. 음식물 보관</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>날고기나 조리하지 않은 생선은 다른 식재료와 닿지 않도록 할 것</li> <li>남은 음식은 바로 냉장보관 하고 2시간 이상 상온에 두지 말 것</li> <li>반찬을 덜어 먹다가 다시 넣을 경우 구분을 지어 다음번에 먼저 먹도록 할 것.</li> <li>냉장실의 온도는 4.4°C 이하, 냉동실의 온도는 -17.8°C 이하가 되도록 유지 할 것</li> <li>식품을 실온에서 최대 4시간 이내로 보관.</li> </ul>
세균성 이질	고열, 구역, 구토, 경련성복통, 대변에 혈액이나 고름이 섞여 나옴	<p>4. 위생관리 강화</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>흐르는 물에 비누를 이용하여 30초간 손 씻기.</li> <li>손에 피부화농성 질환이 있는 사람은 완치 될 때까지 조리를 금지.</li> <li>환자의 배설물, 배설물이 묻은 옷 등은 철저히 소독.</li> <li>모든 우유나 식료품은 살균이 된 것 먹기.</li> <li>유행지역에서는 꼭 물을 끓여 먹기.</li> <li>쓰레기통은 뚜껑을 덮고 파리나 해충이 생기지 않게 주위를 청결유지.</li> <li>행주, 도마, 칼 등은 햇볕에 말리거나 삶기.</li> </ul>
장티푸스	지속적 고열, 두통, 오한, 발열, 설사, 가슴과 배에 장미같은 발진	
콜레라	쌀뜨물 같은 설사, 구토, 전신근육통 발열 및 복통은 거의 없음	

<출처: 질병관리본부, 보건복지부>

2019. 6. 26.

남원용성중학교장