



3월 보건소식

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

보건실 이용 안내



♣ 보건실 위치 : 본관 1층

♣ 보건실 이용 시 준수사항

- 응급환자가 아니면 쉬는 시간을 이용합니다.
- 부축이나 도움이 필요한 경우가 아니면 아픈 학생만 방문합니다.
- 조용히 앉아 차례를 기다리고 자신의 증상을 정확하고 자세히 설명합니다.
- 상처는 깨끗이 씻고 옵니다.
- 허락 없이 약을 먹거나 바르지 않습니다.
- 키, 몸무게, 비만도 측정은 점심시간에 가능합니다.
- 침상안정을 원하면 보건선생님의 판단 아래 담임선생님과 교과선생님께 허락을 받은 후 가능합니다.
- 요양시간은 2교시 이내가 원칙입니다.
- 2교시 안정 후 호전이 없으면 병원진료 등 다른 방법을 찾습니다.

학교응급환자 관리 절차 안내

「학교교육과정」 중 발생하는 모든 안전사고의 경우

▶ 위급하지 않으나 병원진료가 필요한 경우, 보건실에서 응급조치하고 보호자에게 연락하여 인계함을 원칙으로 합니다.

▶ 위급하다고 판단되는 경우, 보호자에게 연락 후 교사와 동행하여 인근병원으로 우선 후송합니다.

▶ 움직이기 어렵거나 생명을 위협하는 위급상황 발생 시 119구조대에 연락하며, 보건교사와 교사가 동행하여 학생을 병원으로 신속히 후송합니다.

감염병으로 인한 등교중지 안내

▶ 학교보건법 제 8조에 의거 학교의 장은 감염병에 감염되었거나, 감염이 의심되거나, 감염될 우려가 있는 학생 및 교직원에 대하여 대통령령이 정하는 바에 따라 등교를 중지시킬 수 있습니다. 이는 일정기간 학교에 나오지 않고 가정에서 치료·요양하도록 하여 모두의 건강을 보호하기 위한 조치입니다.

▶ 감염병(법정 감염병)에 걸리면?

- ① 등교하지 않고, 담임선생님께 유선으로 연락
 - ② 병원진료
 - ③ 가정에서 안정, 치료(학원 등 외부활동 하지 않기)
→ 완치 후, 질병명과 전염여부 및 등교중지 기간이 명시된 의사소견서나 진료확인서 등을 담임선생님께 제출하면 출석인정이 됩니다.
- ▶ 감염병질환이 의심되어 확진을 위한 검사를 받고 경과를 보아야 하는 경우→ 등교 중지. (담임 선생님께 연락)

< 학교에서 걸리기 쉬운 감염병 >

병명	초기증상	등교중지기간
수두	발열과 동시에 발진, 수포	모든 발진이 딱지가 될 때 까지 (발진 하루전~7일간)
인플루엔자	고열, 근육통, 호흡기증상	발병 후 해열제 없이 정상체온 회복 후 24시간이 경과 할 때까지
홍역	발열, 발진, 구강점막에 좁쌀모양의 흰 점	열이 내리고 3일이 지날 때까지 (발진 발생4일전~발진후 5일까지)
수족구병	발열, 발바닥, 구강내 수포 및 궤양	수포 발생 후 6일간 또는 가피가 형성될 때까지
결핵	피곤, 기침, 체중감소, 식은 땀	치료시작 후 2주까지
풍진	가벼운 감기증상, 발열, 발진	모든 발진이 딱지가 될 때 까지 (발진이 나오기 1주일 전~발진 후 4일간)
일본뇌염	고열, 피로	급성증상이 완전히 나을 때까지
유행성 이하선염	발열, 식욕부진, 귀밑 부종	귀밑의 부어오른 것이 가라앉을 때까지
A형간염	고열, 권태감, 식욕부진, 오심, 복통, 황달	감염자의 경우 증상 발생후 2주간

코로나바이러스감염증-19 예방

2020.2.25.



일반국민 예방수칙

- ☑ 흐르는 물에 비누로 꼼꼼히 손 씻기
- ☑ 기침·재채기할 때 옷소매로 입과 코 가리기
- ☑ 씻지 않은 손으로 눈·코·입 만지지 않기

2/6

2020.2.25.



일반국민 예방수칙

- ☑ 의료기관 방문 시 마스크 착용하기
- ☑ 사람 많은 곳은 방문 자제
- ☑ 발열, 호흡기증상(기침, 목아픔 등)이 있는 사람과 접촉 피하기

3/6

유증상자 행동수칙



유증상자: 발열이나 호흡기증상(기침이나 목 아픔 등)이 나타난 자



등교·출근하지 말고 외출 자제하기



집에서 충분히 휴식 취하고,
3-4일 경과를 관찰하기



38℃ 이상 고열이 지속되거나 증상이 심해지면
① 콜센터(☎1339, ☎지역번호+120), 보건소로 문의
② 선별진료소 우선 방문 및 진료



의료기관 방문 시 자차 이용,
마스크 착용 필수



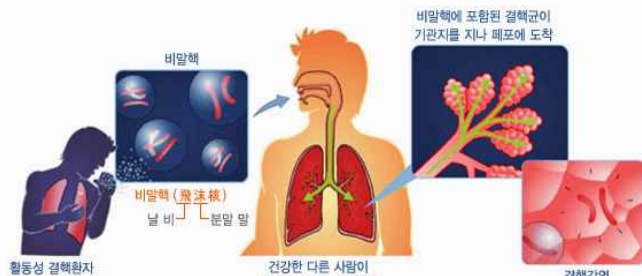
진료 의료진에게 해외 여행력 및
호흡기 증상자와의 접촉 여부 알리기

5/6

3월 24일 '세계 결핵의 날'

결핵 예방 및 관리의 중요성을 알리고 경각심을 고취시키기 위한 날로 매년 3월 24일입니다.

결핵은 공기로 감염되는 제2급 법정감염병으로 학생들은 교실에서 장시간 함께 생활하기 때문에 결핵 환자가 한 명이라도 발생하면 급속도로 확산되기 쉬운 호흡기 감염병입니다. 주로 폐결핵 환자로부터 나온 미세한 침방울 혹은 비말핵(droplet nuclei: 기침이나 재채기로 결핵균이 들어 있는 입자가 공기 중에 나와 날아다니기 쉬운 형태로 된 것)에 의해 감염됩니다.



결핵 증상

2주 이상 지속되는 잦은 기침, 가래, 객혈, 무력감과 미열, 호흡곤란, 가슴통증, 수면 시 식은땀

결핵 치료

결핵은 치료만 제대로 하면 완치가 가능한 질병입니다.

- ① 결핵치료약은 반드시 결핵전문의를에게 처방받는다.
- ② 분량의 약을 정해진 시간에 규칙적으로 복용한다.
- ③ 처방에 따라 6~18개월 이상 약을 복용한다.
- ④ 2주 이상 지속되는 기침 시에는 반드시 검사한다.

예방법

- ① 교실 환기 실시 (하루 3회 이상 창문 열기)
- ② 균형잡힌 영양섭취: 무리한 다이어트x, 편식x
- ③ 규칙적인 식사 및 수면습관, 체력강화하기
- ④ 기침하는 사람은 꼭 마스크를 쓰기
- ⑤ 2주이상 감기지속시 결핵검진 (병원, 보건소 방문)
- ⑥ 밀폐된 공간(PC방, 노래방 등) 가지 않기
- ⑦ 청결한 위생습관 (양치질, 손씻기, 기침예절)

【출처: 결핵관리협회, 질병관리본부】

건강을 실천하는 생활

1. 아침밥과 신선한 야채 과일을 섭취합니다.
2. 충분한 수면을 취함으로 면역력을 높이고 질병으로부터 몸을 보호합니다.
3. 개인 물통(컵)을 가지고 다니세요.
- 친구의 컵이나 정수기에 입을 대고 마시는 행위는 간염, 식중독 등의 질병을 발생시킵니다.
- 물을 자주 마시면 감기예방과 치료에 좋습니다.
4. 1830운동(1일 8회 30초 손씻기) 생활화(★★★)
- 손 씻기만으로도 감염병의 70%이상 예방이 가능합니다.

성폭력 예방교육

성폭력이란? 신체적인 접촉을 얼마나 했는가의 문제가 아니며 가벼운 추행이더라도 상대방의 동의가 없었고 당하는 사람이 모욕감을 느낀다면 성폭력으로 봅니다. 이럴 때에는 성희롱의 행위를 중지하도록 차분하고 명확한 어투로 자신의 느낌과 생각을 분명하게 표현해야 합니다.

1. 자신의 생각과 감정에 대한 의사표현을 분명히 하자.
2. 상대방의 생각과 감정을 존중하고 있는 그대로 수용하자.
3. 성적인 수치심을 느꼈을 때 당당하게 문제를 제기하자.
4. 성에 대해 이야기하는 것이 부끄러운 일이 아님을 알자.
5. 성에 대한 정확한 정보를 알자.
6. 성관련 문제가 생겼을 때 상담소 등 도움 받을 수 있는 기관이 있음을 알자.
7. 자신도 모르게 성폭력 가해자가 될 수 있으므로 말과 행동을 신중히 하자.

< 성교육의 구체적인 목표 >

성교육은 성 의식을 바르게 갖게 하고 성 행동 등을 합리적이고 인격적이며 사회적으로 원만하게 하도록 돕는 교육입니다. 따라서 학교와 가정이 협력하여, 의도적이며 계획적으로 시행해야 합니다.

학교에서는 연간 학년당 17차시 이상을 성교육 계획에 의해 교과교사, 보건교사와 성교육 외부강사를 초빙하여 관련 교과, 창의활동시간, 가정통신문 등을 활용하여 매년 실시하고 있습니다.

♂ 고충상담창구 운영 안내 ♀

학생 여러분이 성희롱, 성폭력 등 성(性)과 관련된 문제가 발생하였을 때는 가장 먼저 담임선생님이나 부모님께 알려 상담이나 적절한 도움을 받으시기 바랍니다. 또한 고충상담창구를 **보건실과 학교 홈페이지(비공개)에 설치하여 운영**하고 있으니 필요할 때 도움을 받으시기 바랍니다.

< 성폭력 상담기관 연락처 >

- ▶ 여성긴급전화 : 1366 ▶ 청소년 전화 : 1388
- ▶ 학교 폭력관련 전화 : 117
- ▶ 우리학교 성고충 상담실: 본관 1층 보건실
- ▶ 우리학교 홈페이지-학생마당-성고충상담센터(비밀보장)

2020. 3. 2.

남원용성중학교장