



인플루엔자 급증에 따른 생활 속 예방수칙 안내

담당자 : 양은주

학부모님께!

질병관리본부의 감염병 표본감시 결과 인플루엔자(독감) 환자가 전국의, 초·중·고등학교에서 급증하고 있어 인플루엔자 예방 및 협조사항을 안내해 드리니 자녀 및 가족의 건강에 만전을 기해주시기 바라며, 유사 증상 있는 경우 개인 마스크 착용 및 병, 의원 진료를 받도록 협조 바랍니다.

철저한 손씻기 등 예방수칙 준수 및 의심 증상 시 즉시 진료

□ 인플루엔자 의심증상

- 38℃이상의 발열과 더불어 기침 또는 인후통

□ 인플루엔자 예방 국민행동요령

- ① 비누를 사용하여 손을 30초 이상 자주 씻습니다.
- ② 기침이나 재채기를 할 경우에는 예절을 지킵니다.

	기침, 재채기를 할 때 손으로 가리지 않기		휴지나 손수건이 없을 때는 옷소매 위쪽으로 입과 코를 가리고 기침하기
	휴지, 손수건으로 입과 코를 가리고 사용한 휴지는 휴지통에 버리기		기침 후에는 흐르는 물에 비누로 손 씻기

- ③ 발열과 호흡기 증상(기침, 목 아픔, 콧물 등)이 있을 경우 마스크를 착용합니다.
- ④ 인플루엔자 의심 증상이 있는 경우, 즉시 병원에서 진료를 받고, 충분한 휴식과 수분섭취를 합니다.
- ⑤ 인플루엔자는 제3군 법정 감염병으로 결석기간 동안 출석으로 인정됩니다.
(병명 기재된 소견서나 확인서 제출)
- ⑥ 인플루엔자 예방접종을 실시합니다. (권장시기: 10월~12월)

연 령	접 종 장 소
초등학교 1학년~6학년 (06.1.1.~11.12.31.)	지정의료기관(34개소) 및 읍·면 보건지소(백신 소진시 종료)

□ 인플루엔자 예방접종

독감 바이러스는 매년 다른 형태이기 때문에 해마다 새로운 백신을 접종해야 합니다.

독감백신은 접종 2~4주 뒤에 방어 항체가 형성되며 면역효과는 평균 6개월 정도 지속된다고 합니다. 독감의 유행기간은 나라마다 다르지만 우리나라는 매년 겨울 A형 독감이 크게 유행한 뒤에 초봄 B형 독감이 재유행하는 패턴입니다. 대개 12월부터 이듬해 4월까지 독감이 유행하므로 독감 백신을 너무 일찍 접종하면 방어항체가 사라질 가능성이 있으므로 적절한 시기에 독감 백신을 접종하는 것이 좋습니다.

※ 인플루엔자 Q&A

Q1. 인플루엔자란 무엇인가요?

흔히 ‘독감’이라고 불리는 병으로 인플루엔자 바이러스가 호흡기(코, 인두, 기관지, 폐 등)를 통하여 감염되어 생기는 병입니다. 인플루엔자 바이러스에 감염된 사람이 기침을 하거나 재채기를 하거나 말을 할 때에 공기중으로 바이러스가 배출되면서 다른 사람에게 전파될 수 있습니다. 인플루엔자는 다른 바이러스 때문에 발생하는 ‘감기’와는 달리 심한 증상을 나타내거나 생명이 위험한 합병증(폐렴 등)을 유발할 수 있는 질병입니다.

Q2. 인플루엔자의 증상은 무엇인가요?

발열, 두통, 전신 쇠약감, 마른기침, 인두통, 코막힘 및 근육통 등이 인플루엔자의 흔한 증상입니다. 어린이의 경우에는 성인과는 달리 오심, 구토 및 설사 등의 위장관 증상이 동반될 수 있습니다.

Q3. 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.

Q4. 인플루엔자 예방접종은 얼마나 효과가 있나요?

인플루엔자 예방접종은 건강한 젊은 사람에서는 약 70~90%의 예방효과가 있으나, 노인 만성질환이 있는 사람에서는 효과가 약간 떨어집니다. 그러나 노인이나 만성질환자의 경우에는 인플루엔자 예방접종이 인플루엔자로 인한 입원과 사망을 줄이는 데 매우 효과적이므로 접종을 받는 것이 좋습니다.

Q5. 올해 인플루엔자 예방접종은 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.

2018. 11. 7.

옥 구 초 등 학 교 장