



< 4월 보건소식 >



결핵 예방 수칙

❁ 공기를 통해 전파되는 호흡기 감염병, 결핵! 결핵은 활동성 폐결핵환자의 기침, 재채기, 대화 등을 통해 결핵균이 공기 중으로 배출되어 감염되는 질병으로 현재 **하루에 70명씩 결핵환자가 발생**하고 있습니다.

*2020년 결핵 전체환자수 325,350명 기준

❁ **결핵예방수칙 같이 알아보을까요?**



휴지나 손수건으로 입과 코를 가리기



휴지나 손수건이 없다면 입과 코를 옷소매로 가리기



기침·재채기 후 비누로 30초 이상 손씻기

※ 기침이나 재채기를 한 후에는 **사용한 휴지를 휴지통에 버리기!**

체육활동



균형 있는 영양섭취



환기 시키기



결핵 등 감염병 예방을 위한 생활 속 예방수칙 참 쉽죠?

**결핵 등 감염병 예방수칙
꾸준한 실천으로
건강하고 즐거운 새학기 맞이하세요!**

기침할 때 옷소매로, 올바른 손씻기, 2주 이상 기침하면 결핵검진!

*출처 질병관리청



세계 보건의 날(4월 7일)



4월 7일 오늘은 세계 보건의 날입니다

보건의 날은 국민들의 보건의식을 일깨우고 보건의료 및 복지 분야의 종사자를 격려하기 위하여 제정한 국가기념일입니다.



혹시 매년 모르고 지나가지는 않으셨나요?

올해는 더욱이 코로나19 사태로 전 세계의 일선에서 힘들게 일하고 있는 모든 보건의료 및 복지 분야의 종사자들에게 감사의 말씀을 드립니다. 조금만 더 힘을 내어 이 상황을 꼭 이겨냅니다.



유행성 이하선염

❁ 유행성 이하선염(볼거리)란?

- 주요 증상 : 침샘이 붓고 통증이 느껴짐
- 전파 경로: 환자의 분비물(비말)
- 예방 : 개인위생 철저, 예방접종 받기 (접종기준 : 생후 12~15개월 1차, 만 4~6세 2차)
- 전파 방지를 위해 환자는 증상 발현 후 5일까지 격리가 필요함
- 치료 : 대증요법 (진통제 투여, 수분공급 등)
- 증상 회복 : 대략 10일 후, 간혹 합병증을 동반함 (신경계 질환, 고환염, 췌장염, 청력장애 등)



감염병 예방하기

- 올바른 손씻기를 통해서 손으로 전염되는 각종 전염병의 70% 이상을 예방할 수 있습니다.
- 기침, 재채기 할 때 휴지나 손수건은 필수!
- 손수건이 없다면 옷소매 위쪽으로 가리고 합니다.
- 예방접종 일정에 따라 예방접종을 받습니다.

건강을 위한 3가지 약속! ■ 자주 씻어요 ■ 올바르게 씻어요 ■ 깨끗하게 씻어요

올바른 손씻기 6단계! 5분부터 실천하세요!



2021.06.10.

질병관리청

수인성·식품매개 감염병 예방수칙

- 흐르는 물에 30초 이상 비누로 손씻기
- 음식은 충분히 익혀 먹기
- 물은 끓여 마시기
- 채소·과일은 깨끗한 물에 씻어 껍질을 벗겨 먹기
- 설사 증상이 있는 경우에 조리하지 않기
- 위생적으로 조리하기
* 칼, 도마 조리 후 소독, 생선·고기·채소 등 도마 분리 사용 등

9/9



봄철 알레르기 질환

꽃가루 알레르기

- 꽃가루가 많이 날릴 때에는 실외 활동을 줄인다.
- 꽃가루가 유행인 지역으로 여행을 삼간다.
- 외출 시 안경과 마스크를 착용 하도록 한다.
- 옷을 털고 손을 씻은 후 실내로 들어간다.
- 낮 시간엔 창문을 닫고, 두 시간에 한번 정도 창문을 열어 환기 시키도록 한다.
- 진공청소기나 물걸레로 집안을 자주 청소한다.



아토피 피부염

- 목욕은 미지근한 물에 20분 이내로 한다.
- 비누목욕은 2~3일 한번, 때는 밀지 않는다.
- 보습제는 하루 2번 이상, 목욕 후 3분 안에 바른다.
- 순면소재의 옷을 입어야 한다.
- 적절한 실내 온도와 습도를 유지해야 한다.
- 효과적이고 검증된 치료로 꾸준히 관리한다.

천식 및 알러지성 비염

- 흡연자라면 반드시 금연하고 담배연기도 마시지 않는다.
- 감기나 독감 예방을 위해 손 씻기를 철저히 한다.
- 실내는 청결하게 유지한다.
- 공해나 황사가 심한 날은 외출을 삼가거나 황사 마스크를 착용한다.
- 천식 발작에 대비한 약물을 항상 소지하고 정확한 사용법을 익혀둔다
- 효과적이고 검증된 치료방법으로 꾸준히 관리하여 천식, 축농증, 중이염 등의 합병증을 예방한다.

❀ 공지사항 ❀

4월은 2,3,5,6학년 신체 발달검사(키, 몸무게) 및 시력검사가 있습니다!

검사 당일 안경을 착용하는 친구들은 안경을 꼭 지참하고 등교하여 주세요.

- 4/7 (목) 2학년
- 4/8 (금) 3학년
- 4/14 (목) 6학년
- 4/15 (금) 5, 6학년 (5학년 1,2반 / 6학년 1,10반)
- 4/18 (월) 5학년

2022. 4. 1.

전 주 오 송 초 등 학 교 장