

9월 보건소식지

9월 9일은 귀의 날

9월 9일은 숫자 9가 귀를 닮아 대한 이비인후과 학회가 정한 '귀의 날'입니다. 최근에는 각종 생활소음에 이어폰, 헤드폰 등의 사용으로 청소년의 소음성 난청이 증가하고 있는 추세입니다. 소음성 난청의 경우 근본적인 치료법이 없으므로 예방이 필수적입니다.



건강한 귀를 위한 생활 수칙은 무엇일까요?

- 큰 소음은 피해요!
- 귀지를 함부로 파지 않아요
- 귀에 염증이 생기지 않게 해요
- 60-60법칙 지키기

음악을 들을 땐 최대 음량의 60% 이하로 하루 60분만 들으세요

가을철 감염병과 눈병예방

유행성 눈병 예방



1. 비누를 이용해서 흐르는 물에 손 자주 씻기
2. 눈을 함부로 비비지 않고 얼굴 만지지 않기
3. 눈병이 의심되면 안과전료 꼭! 받기
4. 유행성 눈병에 걸린 학생은 전염력이 사라질 때까지 학교, 학원에 가는 것은 자제하기



가을철 유행 감염병

경로		증상	발생시기
유행성 출혈열	둘레 등에 있는 바이러스가 호흡기를 통해 전파	고열, 출혈, 신장병	10-12월
렙토스피라증	감염된 동물(고양이, 들쥐)의 소변으로 배출된 균이 몸의 상처를 통해 전염	고열, 두통, 오한, 눈의 충혈	9-11월
프프가무시	관목 숲이나 들쥐에 기생하는 털 진드기 유충에 물려 전파	고열, 오한, 피부발진	9-11월

어떻게 예방하나요?

1. 산과 들에서는 긴 옷 입기
2. 잔디 위에는 돛자리를 깔고 앉고, 잔디 위에 옷 말리지 않기
3. 야외에서 집에 돌아오면 옷을 털고 목욕하기
4. 집 주위에 들쥐, 잡쥐의 서식 예방하기
5. 야외활동 후 갑자기 고열이 있을 때엔 반드시 의료기관이나 보건소를 방문하여 진료를 받기

마스크 버리기



1. 마스크 겉면에
손을 대지 않고,
끈을 잡아 벗어요.

2. 마스크를 두번 접어
끈으로 묶어요.

* 감염위험이 있는 쪽은
안쪽으로 가도록 해요

3. 종량제 봉투 혹은
뚜껑 있는

쓰레기통 깊숙이 버려주세요.

4. 마스크를 버리고 난 뒤에는
30초이상 흐르는
물과 비누로

손을 씻거나 손 소독제로

손 위생을
해주세요.



추석연휴 방역 수칙

고향·친지 방문은 자제

- 부득이한 경우 -실내, 대중교통 수단
내부에서 항상 마스크 착용고, 음식섭취
및 대화, 통화 자제

이동할 때

- 가급적 개인차량 이용
- 필요한 간식, 물 등 사전 준비
가급적 휴게소 들리지 않고,
들리더라도 최소화



고향 집

- 가급적 짧은 시간(기간) 머무르기
- 어르신 등 고위험군 만나는 경우 집안
에서도 마스크 착용
- 손 씻기 등 개인방역 철저
- 식사 시에 개인접시사용
- 차례 등 제례 참석 인원 최소화
- 하루 2번 이상 자주 환기하기
- 반가움은 악수·포옹보다 목례로 표현
하기

성묘·봉안시설 방문

- 온라인 성묘 적극 활용
- 혼잡하지 않은 날짜, 시간 활용
- 최소 인원으로 최소시간 머무르기

2021.08.30

전주오송초등학교장