



제 목 3월 보건소식

학부모님께,

희망찬 봄과 함께 새 학기가 시작되었습니다. 본교 입학과 새 학년이 됨을 진심으로 축하합니다. 보건소식은 여러분들의 건강한 학교생활을 위하여 매월 발송됩니다. 일상생활과 건강, 질병예방과 관리, 건강한 성, 약물오남용예방, 정신건강, 응급처치 등의 주제를 가지고 청소년에게 꼭 필요한 보건교육을 하고자 하오니 많은 관심과 성원을 부탁드립니다.

2022. 3. 16.

부안중학교장

보건실 이용 안내

● 보건실은 여러분들이 학교생활을 건강하고 즐겁게 할 수 있도록 도움을 주는 곳입니다. 언제든지 편안한 마음으로 방문해 주시기 바랍니다.

1. 보건실 위치 : 본관 1층 중앙에서 오른쪽
2. 보건실 이용대상 : 전교생 및 전교직원
3. 보건실에서 하는 일
 - 건강관련상담, 응급처치, 외상 등의 처치
 - 요양호자 건강관리, 보건교육, 성교육 등

★ 급하지 않다면 쉬는시간, 점심시간에 옵니다. 불가피하게 수업시간에 방문하는 경우 담당교과선생님의 허락을 받고 보건선생님이 주는 치료확인서를 담당교과선생님께 드립니다.

★ 노크를 하고 들어와서 인사 후 아픈 부위와 증상(발현시간, 지속시간, 통증양상, 통증강도, 유발·완화요인 등)에 대해 자세히 이야기하고 처치를 받습니다.

★ 혼자 움직이기 어렵거나 특별한 경우 이외에는 방문 시 친구들이 같이 오지 않도록 합니다.

★ 친구들과 큰소리로 떠들지 않습니다.

4. 보건실 요양절차

보건실에서 침상안정을 원하는 학생은 보건선생님의 판단 아래 담임선생님과 교과담당선생님께 허락을 받은 후 요양을 할 수 있습니다.

★ 보건실에서의 요양시간은 1시간이내가 원칙입니다.

★ 1시간 이상 요양이 필요한 경우에는 담임선생님 및 보호자와 상의 후 가정안정 또는 병원진료를 받습니다.

5. 키, 몸무게, 비만도가 궁금한 학생은 보건실에서 측정이 가능합니다.

6. 건강상 문제가 있어 병원에 다니고 있거나 약을 복용하고 있는 학생은 꼭! 보건선생님께 이야기 해 주세요. 약에 대한 알레르기나 부작용이 있는 경우는 먼저 얘기해 주세요.

학교 응급 관리 절차 안내

● 「학교교육과정」중에 발생하는 모든 안전사고의 경우, 학교 응급관리 절차에 따르게 됩니다.

- ◆ 위급하지 않으나 병원진료가 필요한 경우, 보건실에서 응급조치하고 보호자에게 연락하여 인계함을 원칙으로 합니다.
- ◆ 위급하다고 판단되는 경우, 보호자에게 연락 후 교사와 동행하여 인근병원으로 우선 이송합니다.
- ◆ 움직이기 어렵거나 생명을 위협하는 위급상황 발생 시에는 119구조대에 연락하며, 교사가 동행하여 학생을 병원으로 신속히 후송합니다.

<근거: 전라북도교육청 『학교응급환자관리』>


코로나19 예방 수칙



■ 손 씻기-1830(하루에 8번 30초 이상)

- ① 화장실에서 나올 때
- ② 체육활동 후, 외출에서 돌아온 직 후
- ③ 코를 킂 후, 기침이나 재채기를 한 후
- ④ 음식을 먹기 전, 그 외 오염시 수시로

코로나19 신속항원 자가검사

검사결과	협조 사항
음성 반응	다음 날(목요일, 월요일) 아침 ☞ 학생 건강상태 자가진단(앱)에 검사결과 체크 후 등교
양성 반응	즉시 담임교사에게 연락하고, 검사한 진단 키트를 밀봉해서 지참하여 가까운 지정병 원이나 선별진료소에 방문하여 PCR 검사를 실시 * PCR 검사결과가 나오기 전까지는 등교중 지(출석 인정결석)
	PCR 검사 결과
	음성 '음성확인서 또는 문자통보' 를 담임교사에게 내용 전송 후(문자 등) 등교 양성 (확인) 담임교사에게 연락 후 재 택치료(격리)기간 등교중지

식품의약품안전처 국민 안전이 기준입니다

영유아·어린이·청소년이 코로나19 자가검사키트를 사용할 때

“자가검사키트는 정확하고 안전한 사용을 위해서
보호자 지도하에 검사를 진행하거나 보호자가 검사를 도와주셔야 합니다”

✓ 자가검사키트를 혼자서 사용할 수 없는
영유아·어린이는 보호자가 곁에서 사용을 돕습니다.
사용을 도울 때는 아이의 콧구멍 안쪽의 앞부분(비전정)을
동글게 문질러줍니다.

✓ 혼자서 사용이 가능한 청소년의 경우에도
보호자 지도하에 사용하실 것을 권장드립니다.

“자가검사키트는 효능성 측면에서 연령의 영향을 받지 않습니다.
어린이도 사용 방법과 사용 주의사항에 따라 검사하면
제대로 된 결과가 나옵니다”

✓ 용액통의 검체추출액이 피부나 눈에 닿으면 즉시 다량의 물로 씻어내주세요.
* 자극이 지속되면 의사의 진료를 받으시길 바랍니다.

“사용 후에는 지퍼백 등에 넣어 폐기하십시오”

자가검사키트 제품별로 사용 방법과 주의사항이 다를 수 있어
사용설명서를 꼼꼼히 숙지 후 사용하시길 바랍니다.

발행일: 22. 02. 17.

학령기에 걸리기 쉬운 감염병

▶ 유행성이하선염과 수두에 대해 알아보시다.

① 유행성이하선염이란?

흔히 ‘볼거리’라고도 하며 이하선(귀아래의 침샘)이 부어
오르고 열과 두통이 동반됩니다. 환자가 기침이나 재채기
를 할 때 나오는 호흡기 분비물을 통해 전파되거나 환자
와의 직접적인 접촉을 통해 전염될 수 있습니다.

※ MMR 예방접종의 중요성

MMR은 홍역/유행성이하선염/풍진을 예방할 수 있는 백
신으로 우리나라는 예방접종을 생후 12~15개월, 만4~6세
에 2회 접종을 받도록 권장하고 있습니다. 예방접종 후에도
일부의 학생들은 유행성이하선염에 감염될 수 있습니다.

② 수두란?

환자가 기침이나 재채기를 할 때 나오는 호흡기 분비물
을 통해 전파되거나 환자의 피부병변과의 직접적인 접촉
을 통해 전염될 수 있습니다. 수두 예방접종 후에도 일부
의 학생들은 수두에 감염될 수 있습니다.

※ 수두 예방접종의 중요성

수두 예방접종을 받은 적이 없고 수두를 앓은 적이 없는
경우 의사와 상의하여 수두 예방접종을 받도록 합니다.

※ 학생의 상태에 따라 등교중지기간 및 질병상황이 변할
수 있습니다.

※ 예방접종을 받지 않은 경우에는 가까운 병원에서 접
종을 받아 가급적 질병에 걸리지 않도록 하시기 바랍니다.

■ 감염병에 걸리면?

- ① 담임선생님께 연락
- ② 반드시 병원진료를 받는다.
- ③ 가정에서 격리치료(등교중지 실시)

※ 병명과 치료 및 격리 기간이 명시된 의사소견서를 학교에
제출하면 결석처리하지 않아요.

병명	초기증상	권장등교중지기간
수두	발열과 동시에 발진, 수포	모든 수포에 가피가 형성될 때까지
홍역	발열, 발진, 구강점막에 좁쌀모양의 흰점	발진이 나타난 후 5일까지
풍진	발열, 발진, 가벼운 감기증상	발진이 나타난 후 7일까지
결핵	피곤, 기침, 체중감소, 식은땀	약물 치료시작 후 2주까지
인플루엔자	발열, 두통, 근육통, 인후통, 기침, 객담,	발병 후 5일이 경과하며 해열 후 2일이 경과 할 때까지
유행성 이하선염	발열, 귀밑이 부어오름, 식욕부진	증상발현 후 5일까지
유행성 각결막염	충혈, 안구통증, 눈부심	격리없이 개인위생수칙을 지킬 것을 권장함

보 건 실 소 식

건강지킴이 필수품

- 칫솔, 치약, 양치컵(학교에서도 양치질을 할 수 있도록
꼭 준비합니다), 물컵, 마스크

신입생

- 청소년기는 감염병 및 사고에 대한 위험이 높은 시기
여서 예방이 매우 중요합니다.

Td(디프테리아, 파상풍) 6차 추가접종, 일본뇌염 5차 추가
접종은 초등학교 때 접종받아야 합니다. 자녀가 예방접종
을 받아야 하는데 미접종한 경우에는 빠른 시일 내에 보
건소나 병원 등을 방문하여 예방접종이 이루어질 수 있
도록 당부 드립니다.