



배움으로 성장하고 나눔으로 행복한 즐거운 학교

서해 교육 통신



제2023-12호

담당: 보건

문의: 063-460-0695(보건실)

대상: 1-6학년

3월 보건소식지

신입생들의 입학과 재학생들의 진급을 진심으로 축하합니다!! 보건소식지는 우리 학생들과 선생님들, 그리고 가족들의 건강증진을 위해 매월 발송됩니다. 어린 시절의 건강과 올바른 습관은 평생 건강의 밑거름이 됩니다. 보건소식지를 통하여 자기 건강관리에 대한 계획을 세우고 생활 속에 적용하여 실천해 보세요.

보건실 이용 안내



보건실은 여러분이 건강하도록 교육하고 몸이 아프거나 다쳤을 때, 건강 상담이 필요한 경우 이용하는 곳입니다.

- 응급의 경우를 제외하고 담임선생님의 허락을 받고 방문합니다.
- 허락 없이 약을 먹거나 바르지 않습니다.
- 부축이 필요하거나 상황 설명의 도움이 필요한 경우가 아니면 환자인 학생 혼자 방문합니다.
- 보건실의 **침상안정시간은 1시간을 원칙으로 하며** 증상 호전이 없으면 병원 진료나 가정안정을 합니다.
- 나의 키와 몸무게가 궁금한 경우에는 매주 수요일 오후 보건실에서 측정할 수 있어요!

우리학교는 금연구역!



2015년부터, 우리나라 모든 학교는 물론 버스정류장, 모든 음식점과 커피전문점이 '금연구역'으로 지정되었습니다. 금연구역 내 흡연 시 10만원의 과태료가 부과되며 전자담배 또한 과태료가 적용됩니다.

학교응급환자 절차 관리 안내

※근거: 교육부「학교응급환자절차관리」매뉴얼
「학교교육과정」중에 발생하는 모든 안전사고의 경우

- 위급하지 않으나 병원진료가 필요한 경우, **보건실에서 응급조치하고 보호자에게 연락하여 인계함을 원칙으로 합니다.**(자녀에게 연락이 가능한 전화번호를 알려주세요.)
- 위급하다고 판단되는 경우, 보호자에게 연락 후 교사와 동행하여 인근병원으로 우선 후송합니다.
- 움직이기 어렵거나 생명을 위협하는 위급상황 발생 시에는 119 구조대에 연락하며, 보건교사와 교사가 동행하여 학생을 병원으로 신속히 후송합니다.



우리 학교 성고충상담창구 : 보건실

학생 여러분은 성희롱, 성폭력 등 성(性)과 관련된 문제가 발생하였을 때는 **가장 먼저 담임선생님이나 부모님께 알려 상담이나 적절한 도움을 받으시기 바랍니다.** 또한 학교에는 여러분을 도와주는 성(性)고충상담창구를 보건실에 설치하여 운영하고 있으니 필요할 때 도움을 받으시기 바랍니다.

- 성희롱 · 성고충상담창구 설치 : 1층 보건실



감염병으로 인한 등교중지 안내

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

감염병 질환(코로나19 포함)이 의심이 되면 학교에 등교하지 말고 담임선생님께 연락 후 진료를 받도록 합니다. 병원진료결과 등교중지가 필요한 감염병으로 확인되면 **병명과 전염여부, 등교중지기간이 적힌 의사 소견서**를 발급받고 가정에서 요양합니다. 완치 후 등교할 때 **진료확인서 또는 의사소견서**를 담임선생님께 제출하면 출석으로 인정이 됩니다.

(감염병으로 의사의 판정이 있으면 ①학교에 전화 통보 ②병원치료 ③가정에서 격리치료)

(근거: 교육부 『학생감염병예방위기대응』 매뉴얼)

■ 등교중지를 할 수 있는 감염병

법정 감염병과 전염력이 강한 질환이라고 의사가 진단한 질환으로서 콜레라, 장티푸스, 세균성이질, O-157감염증, 홍역, 수두, 풍진, 유행성이하선염(볼거리), 소아마비, 간염, 일본 뇌염, 말라리아, 결핵, 성홍열, 수막구균성수막염, 비브리오 패혈증, 유행성출혈열, 인플루엔자(유행성 독감) 등입니다.

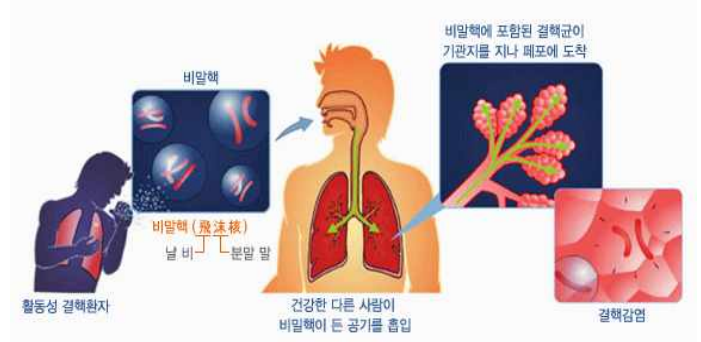
■ **감염병을 예방하기 위해서는** 손 씻기, 기침예절 등 개인위생수칙을 준수하고, 과로를 피하고 충분한 휴식을 취하며, 고른 영양 섭취와 규칙적인 생활을 하는 것이 중요합니다.

■ 학교에서 걸리기 쉬운 전염병과 등교중지 기간

병명	초기 증상	등교중지 기간
A형 감염	고열, 권태감, 식욕부진, 오심, 복통, 황달	감염자의 경우 증상 발생 후 2주간
결핵	피로, 기침, 체중감소, 식은땀	치료시작 후 2주까지
수두	발열과 동시에 발진, 수포	모든 발진이 딱지가 될 때까지
유행성이하선염	발열, 귀밑이 부어오름, 식욕부진	귀밑의 부어오른 것이 가라앉을 때까지
인플루엔자	고열, 인후통, 관절통, 호흡기계통 증상	의사의 등교가능 진단일까지(열이 내리고 이틀이 지날 때까지)
유행성 각결막염	충혈, 안구통, 눈부심	의사의 등교가능 진단일까지

3월 24일 '세계 결핵의 날'

결핵은 공기로 감염되는 제3군 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 질병'!

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

■ 예방법

- ① 교실 환기 실시 (하루 3회 이상 창문 열기)
- ② 균형 잡힌 영양 섭취: 무리한 다이어트 x, 편식 x
- ③ 규칙적인 식사 및 수면 습관, 체력 강화하기
- ④ 기침하는 사람은 꼭 **마스크를 쓰기**
- ⑤ 2주 이상 감기 지속 시 결핵검진(병원, 보건소 방문)
- ⑥ 밀폐된 공간(PC방, 노래방 등) 가지 않기
- ⑦ 청결한 위생 습관 (양치질, 손 씻기, 기침 예절)

【출처: 결핵관리협회, 질병관리본부】

