



## 황사·미세먼지 발생 시 대응 안내

학부모님, 안녕하세요?

최근 대기환경의 변화로 황사 및 미세먼지가 자주 발생되어 주의가 요구됩니다. 이에, 황사·미세먼지 발생 시 행동요령을 안내하오니, 위기경보 발생 시 신속히 대응하여 건강관리에 유의하시기 바랍니다.

## □ 용어 정의

황사	중국과 몽골 내륙 등 국외에서 발생하여 장거리 이동을 통하여 국내로 유입하는 누런 모래
미세먼지	먼지 중 입자의 지름이 10마이크로미터 이하인 먼지(PM-10: 미세먼지)
초미세먼지	먼지 중 입자의 지름이 2.5마이크로미터 이하인 먼지(PM-2.5: 초미세먼지)

## □ 위기경보 수준

종류	판 단 기 준 (미세먼지 농도)
관심 (Blue)	<ul style="list-style-type: none"> <li>우리나라에 영향을 끼칠 가능성이 있는 황사 발생</li> <li>황사로 인한 미세먼지 “매우나쁨(일평균 PM-10 150<math>\mu\text{g}/\text{m}^3</math> 초과)” 예보시 (17:00 기준 익일 예보, 국립환경과학원)</li> </ul>
주의 (Yellow)	<ul style="list-style-type: none"> <li>황사로 인한 미세먼지 경보*가 발령되고, 황사에 의한 대규모 재난이 발생할 가능성이 나타날 때</li> <li>※ PM-10 시간당 평균농도가 300<math>\mu\text{g}/\text{m}^3</math>이상 2시간 지속</li> </ul>
경계 (Orange)	<ul style="list-style-type: none"> <li>황사특보(경보)*가 발령되고, 황사에 의한 대규모 재난이 발생할 가능성이 농후할 때</li> <li>※ PM-10 시간당 평균농도가 800<math>\mu\text{g}/\text{m}^3</math>이상 2시간 지속될 것으로 예상될 때</li> </ul>
심각 (Red)	<ul style="list-style-type: none"> <li>황사특보(경보)가 발령되고, 대규모 재난이 발생할 가능성이 확실할 때</li> <li>황사로 인한 재난사태 선포기준* 도달 예상시</li> <li>※ 미세먼지(PM-10) 1시간 평균농도가 2,400<math>\mu\text{g}/\text{m}^3</math>이상이 24시간 지속 후 24시간 지속 예상 시</li> <li>※ 미세먼지(PM-10) 1시간 평균농도가 1,600<math>\mu\text{g}/\text{m}^3</math>이상이 24시간 지속 후 48시간 지속 예상 시</li> </ul>

## □ 황사 발생 시 학생 행동 요령

황사상황	대처방법
등교 전	<ul style="list-style-type: none"> <li>방송 매체(TV, 라디오) 및 인터넷(기상청)의 기상 상황 확인</li> <li>등교시간 조정 및 휴업 여부 확인(문자, 홈페이지, 교무실 전화)</li> </ul>
등하교시	<ul style="list-style-type: none"> <li>황사용마스크, 손수건, 휴지 등 준비</li> <li>황사가 짙은 경우 교차로, 횡단보도를 건널 때 안전에 유의</li> </ul>
학교에서	<ul style="list-style-type: none"> <li>창문을 닫고 실외활동을 자제</li> <li>개인위생을 철저히 유지               <ul style="list-style-type: none"> <li>손을 깨끗이 씻고 양치질을 하여 질환을 예방</li> <li>목을 축이는 정도로 물을 자주 마신다.</li> <li>눈이 가렵다고 손으로 만지지 말고 물로 씻거나 안약, 점안제 등 사용</li> <li>외부 활동 시 손수건이나 휴지, 마스크, 보호용 안경을 준비하고 긴 소매 옷을 착용</li> </ul> </li> <li>황사가 끝나면 실내 공기를 환기</li> </ul>
가정에서	<ul style="list-style-type: none"> <li>창문을 닫고 실외활동을 자제               <ul style="list-style-type: none"> <li>공기청정기, 가습기를 이용하여 실내 공기를 쾌적하게 유지</li> <li>외출 시 손수건이나 휴지, 마스크, 보호용 안경을 준비하고 긴 소매 옷을 착용</li> </ul> </li> <li>황사가 지나간 후 실내 공기를 환기</li> </ul>

창문은 닫고, 창시간 실외활동은 자제해요.



충분한 수분을 섭취해요.



외출할 때는 항상 마스크를 착용해요.



외출에서 돌아오면 손과 얼굴을 깨끗이 씻어요.



□ 황사로 인한 발생 가능 질환 및 대처 방법

질환별	주 증상	대 처 방 법
호흡기질환 (기관지염, 천식 등)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 호흡곤란, 목의 통증</li> <li>• 기관지, 기도점막의 염증</li> <li>• 기침 등</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 천식환자는 황사가 심할 때는 가급적 외출을 삼간다.</li> <li>• 창문 등을 닫아 외부공기의 유입 차단</li> <li>• 공기정화기와 가습기로 실내공기를 정화시키고 습도를 조절한다.</li> <li>• 물을 많이 마신다.</li> </ul>
안질환 (알레르기성 결막염)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 눈의 가려움증, 눈물이 남</li> <li>• 눈이 빨갛게 충혈 됨</li> <li>• 눈에 뭔가 들어간 것 같은 이물감과 통증</li> <li>• 눈을 비비면 끈끈한 분비물이 나옴</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 부득이 외출해야 할 경우 보호안경을 끼고 콘택트렌즈의 착용은 삼간다.</li> <li>• 귀가 후에는 미지근한 물로 눈을 깨끗이 씻어낸다.</li> <li>• 소금물은 눈을 자극하므로 피해야 한다.</li> <li>• 결막염 초기 증세가 의심되면 깨끗한 찬물에 눈을 대로 감빡 거리거나 얼음찜질을 해주면 증상을 완화시킬 수 있다.</li> </ul>
이비인후과 질환 (알레르기비염)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 재채기가 계속됨, 코 막힘</li> <li>• 맑은 콧물이 흐름</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 외출 시 마스크를 착용하도록 한다.</li> <li>• 귀가 후에는 미지근한 물로 콧속을 씻어낸다.</li> </ul>
피부질환	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 피부의 가려움증</li> <li>• 두드러기 등</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 외출 시에 황사에 노출되지 않도록 긴소매 옷을 입는다.</li> <li>• 귀가 후에는 반드시 손과 발 등을 깨끗이 씻는다.</li> <li>• 피부에 로션 등을 발라 흠먼지가 직접 피부에 닿지 않도록 한다.</li> </ul>

□ 미세먼지 등급별 농도 및 행동 요령

예보구간	등급			
	중음	보통	나쁨	매우나쁨
예측농도 ( $\mu\text{g}/\text{m}^3$ , 1일) PM-10	0~30 $\mu\text{g}/\text{m}^3$	31~80 $\mu\text{g}/\text{m}^3$	81~150 $\mu\text{g}/\text{m}^3$	151 $\mu\text{g}/\text{m}^3$ 이상
예측농도 ( $\mu\text{g}/\text{m}^3$ , 1일) PM-2.5	0~15 $\mu\text{g}/\text{m}^3$	16~35 $\mu\text{g}/\text{m}^3$	36~75 $\mu\text{g}/\text{m}^3$	76 $\mu\text{g}/\text{m}^3$ 이상
행동요령		실외활동 시 특히 행동에 제한은 없으나 몸 상태에 따라 유의하여 활동	장시간 또는 무리한 실외활동 제한, 특히 천식환자는 실외활동 시 흡입기를 더 자주 사용할 필요가 있음	가급적 실내활동만 하고 실외활동 시 의사와 상의
			장시간 또는 무리한 실외활동 제한, 특히 눈이 아프거나, 기침이나 목의 통증으로 불편한 사람은 실외활동을 피해야 함	장시간 또는 무리한 실외활동 제한, 기침이나 목의 통증 등이 있는 사람은 실외활동을 피해야 함

□ 보건용 마스크(KF80, KF94, KF99)의 올바른 사용 방법



2023년 4월 21일

서 전 주 중 학 교 장(직인생략)