

## 참고 2 인플루엔자 예방수칙 포스터



# 어린이집, 유치원, 학교의 인플루엔자 바로알기 예방수칙

▶ 인플루엔자 진단시에는 어린이집, 유치원, 학교 등 등교 자제

▶ 인플루엔자 예방접종 받기

▶ 인플루엔자 유행시기에는 사람이 많은 장소 방문 자제

### 인플루엔자 예방수칙

#### 예방접종 받기



#### 증상발생 시 진료받기

인플루엔자 의심 증상 발생시 의료기관 방문하여 진료받기 (발열 및 기침, 인후통 등)



발열



기침



콧물



근육통

#### 기침예절 실천

나와 타인을 위한 배려, 기침예절 실천하기



기침할 때 휴지로 입과 코 가리기



기침할 때 옷소매 위쪽으로 입과 코 가리기



호흡기 증상이 있을 시 마스크 착용



기침 후 반드시 올바른 손씻기 실천

#### 올바른 손씻기의 생활화

흐르는 물에 비누로 30초 이상 손씻기



흐르는 물에 비누로 30초 이상 손씻기



코를 풀거나 기침, 재채기 후, 외출 후, 식사 전후 등

#### 올바른 손씻기 6단계



손바닥 손바닥의 손바닥을 마주보고 문질러 주세요



손을 손등과 손바닥을 마주보고 문질러 주세요



손가락 손바닥을 마주보고 문질러 주세요



두 손 손가락을 대고 문질러 주세요



손가락 손바닥을 마주보고 문질러 주세요



손가락 손바닥을 마주보고 문질러 주세요



## 참고 3 인플루엔자 알아보기 【카드 뉴스】

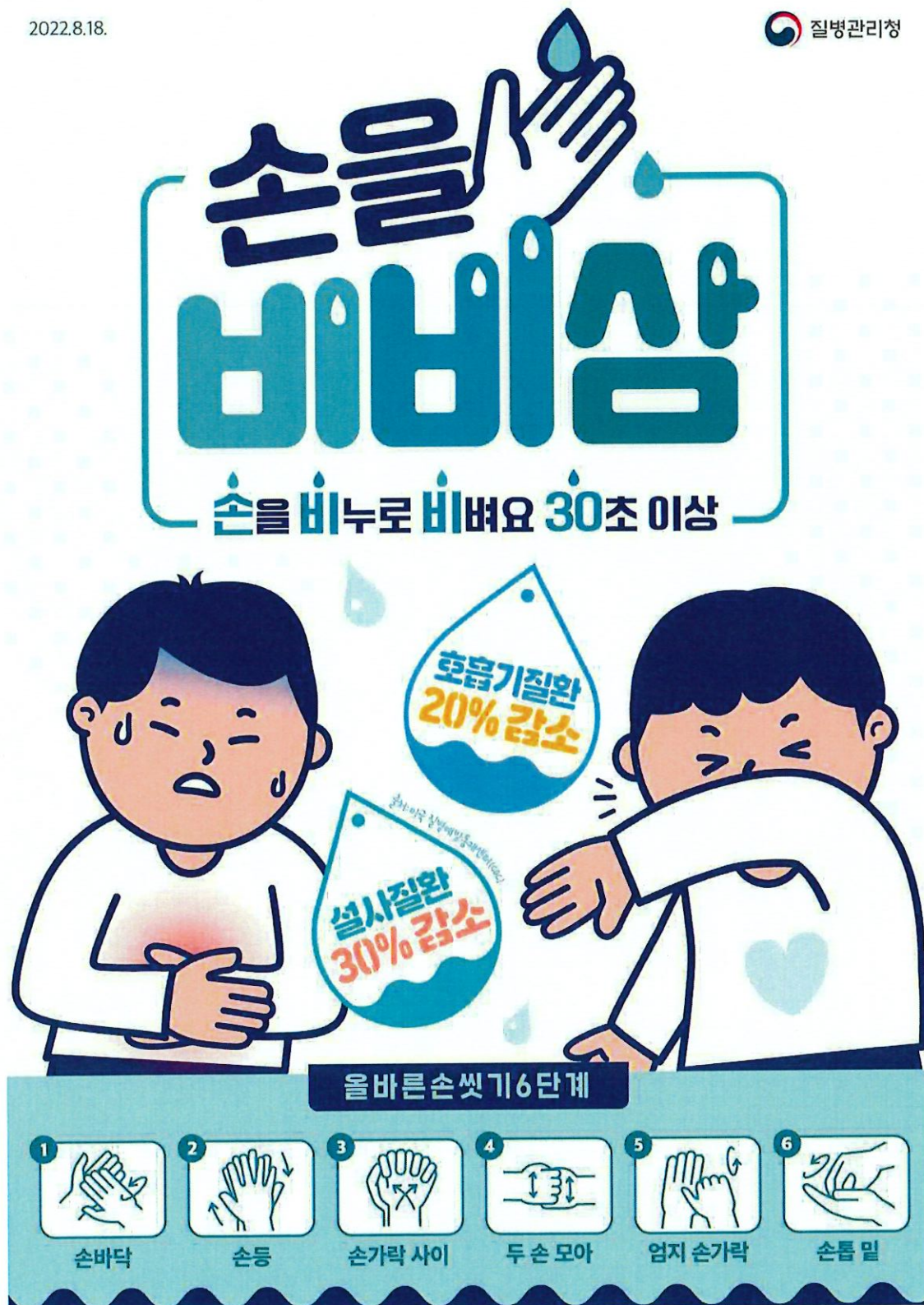
<p>2023. 1. 19. 질병관리청</p> <p><b>인강일상FM</b> <b>ON AIR</b></p> <p>'인플루엔자'에 대해 함께 알아보아요!</p> <p>1/9</p>	<p>2023. 1. 19. 질병관리청</p> <p>인생하세요. 건강지킴이 <b>피니와 에니</b>입니다.</p> <p>저희는 공중보건과 감염병에 관한 다양한 정보들을 알려드립니다!</p> <p>두 번째 주제는 바로?</p> <p>오늘의 주제는 <b>인플루엔자</b>입니다!</p> <p>2/9</p>	<p>2023. 1. 19. 질병관리청</p> <p><b>Q.1</b></p> <p><b>인플루엔자(독감)은 무엇인가요?</b></p> <p>독감은 그냥 독한 감기 증상일까요?</p> <p>사실 독감이라는 말보다는 <b>인플루엔자</b>라는 말이 더 정확해요!</p> <p>그렇구나! 어차피 독감! 아니 그게 아니야? 독감, 아니 인플루엔자에는 합병증이 있어 위험!</p> <p>아- 그런 합병증이 왜 생기나? 별로 나쁜 거예요?</p> <p>??? 합병증이 왜 생기지???</p> <p>우리가 더 다르게 생각하고 이름이 다르듯이 인플루엔자도 독감에 인플루엔자 바이러스라는 것이 조금은 A, B, C, D형으로 나뉘고, 그중에서도 주로 사람에게 유행하는 것은 A형과 B형이래!</p> <p>3/9</p>
<p>2023. 1. 19. 질병관리청</p> <p><b>Q.2</b></p> <p><b>인플루엔자(독감)에는 어떤 증상이 있나요?</b></p> <p>내 친구가 그라친데 처음에는 보름 감기였는데 점점 심해지고, 다른 증상들도 아프고 토까지 했대요!</p> <p>친구가 진짜 힘들었겠다. 지금 인플루엔자라는 전 세계적으로 발생 중이야. 그만큼 전염성이 엄청나게 강하고, 합병증이나 전신과 같은 병도 함께 걸릴 수도 있어! 아주 어린 아이나 우리 같은 어린이, 할머니, 할아버지, 임신부, 만성질환자는 특별히 조심해야 해!</p> <p>4/9</p>	<p>2023. 1. 19. 질병관리청</p> <p><b>Q.3</b></p> <p><b>인플루엔자(독감)은 어떻게 전염되나요?</b></p> <p>인플루엔자 바이러스에 걸린 사람이 기침이나 재채기를 할 때 나오는 <b>침방울</b>을 통해 감염되는 거야!</p> <p>아니, 나는 어떻게 그렇게 할까요?</p> <p>아니면 <b>질병관리청 누리집</b>에서 미리 공부해왔거나 스마트폰으로 봐도 되니까!</p> <p>뭘 두고봐, 다들 언제 내가 먼저 다 알아보고 질문할 텐데!</p> <p>5/9</p>	<p>2023. 1. 19. 질병관리청</p> <p><b>Q.4</b></p> <p><b>인플루엔자(독감)에 걸리면 어떻게 해야 하나요?</b></p> <p>그럼 인플루엔자에 걸렸을 때 어떻게 해야 할까요?</p> <p>음, 모르겠어요! 질병관리청에 물어보자 어떻게 해야 하나요?</p> <p>네, 인플루엔자에 걸린 경우에는 어떻게 해야 하는지 알려드리고 싶어요! 인플루엔자도 치료법은 없지만 의사의 처방에 따라 항바이러스제를 복용하고 고열이 있는 경우 해열제를 복용하는 등 증상이 나아질 때까지 집에서 충분한 휴식을 취하는 것이 좋아요!</p> <p>6/9</p>
<p>2023. 1. 19. 질병관리청</p> <p><b>Q.5</b></p> <p><b>인플루엔자(독감)을 예방하려면 어떻게 해야 하나요?</b></p> <p>그럼 인플루엔자를 예방하려면 어떻게 해야 할까요?</p> <p>네, 맞아요! 손 씻기, 마스크 잘 쓰고, 특히 손에 묻지 않았으면 눈, 코, 입을 만지지 않는 게 중요하고! 많이 손을 깨끗이 씻고 규칙적으로 먹는 건 필수입니다!</p> <p>네, 맞습니다! 올바른 손 씻기, 위생 시 마스크 착용, 기침예절 지키기 등 개인위생수칙을 준수하는 게 중요하고, 자주 만지는 물건 소독이나 실내 환기를 주기적으로 하는 것도 도움이 됩니다. 그리고 인플루엔자가 본격적으로 유행하는 동절기를 대비하여 겨울과 봄 사이엔 인플루엔자 예방접종을 하는 게 무엇보다 중요해요!</p> <p>7/9</p>	<p>2023. 1. 19. 질병관리청</p> <p><b>Q.6</b></p> <p><b>인플루엔자(독감) 예방접종은 누가 무료로 맞을 수 있나요? 어디서 접종할 수 있나요?</b></p> <p>근대 아니! 인플루엔자 예방접종을 맞았어?</p> <p>음, 아로라! 예방이라고 왔었지, 나는?</p> <p>당연히 맞았지! 근대 친구들은 모르겠어!</p> <p>13세 이하 어린이와 임신부는 무료! 65세 이상 어르신은 무료! 19년 1월 1일부터 12월 31일까지! 1월 1일부터 12월 31일까지! 1월 1일부터 12월 31일까지! 1월 1일부터 12월 31일까지!</p> <p>어디 어차피 전염병 안 걸렸으면 하려나, 관심입니다!</p> <p>8/9</p>	<p>2023. 1. 19. 질병관리청</p> <p><b>인강일상FM</b> <b>OFF AIR</b></p> <p>오늘은 최근 유행 중인 인플루엔자에 대해 알아보았습니다. 매년 찾아오는 인플루엔자! 우리 매년 미리 예방접종 하기로 해요. 약속!</p> <p><b>인강일상FM</b></p> <p>9/9</p>



## 참고 4 손씻기 포스터

2022.8.18.

질병관리청



2022.12.9

질병관리청

호흡기질환, 어떻게 예방할 건강!?

# 기침할 땐 옷소매로 기침 후엔 비누로 손씻기

• 기침예절 실천 네 가지 수칙 •



기침할 때는 휴지와 옷소매로  
**입과 코 가리기!**



기침한 후에는 반드시  
**올바른 손씻기 실천!**



호흡기 증상이 있을 시  
**마스크 착용하기!**

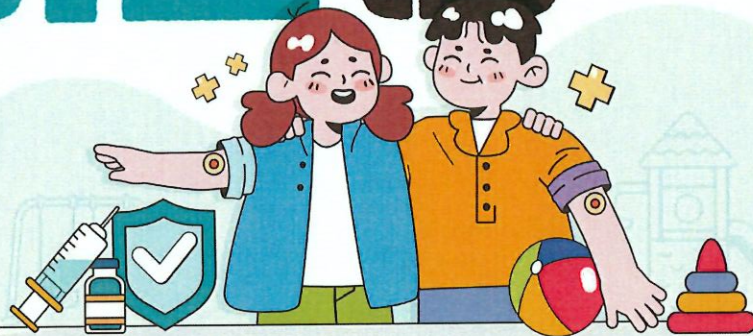


사용한 휴지나 마스크는 바로  
**쓰레기통에 버리기!**

**올바른 기침예절 생활화로 안전한 일상 회복에 함께해 주세요!**



# 어린이 인플루엔자 예방접종하고 질병을 이길 병으로!



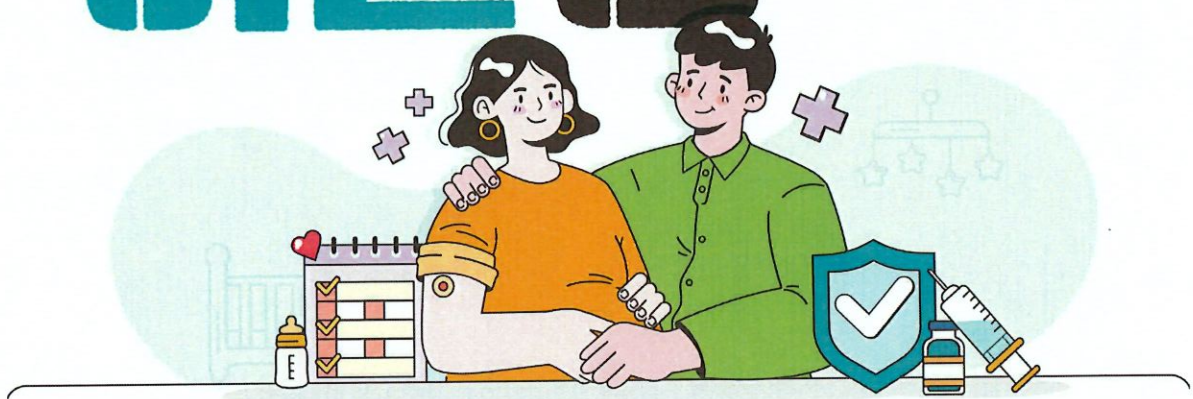
- 지원대상** 생후 6개월 이상 ~ 13세 어린이 (2011.1.1. ~ 2024.8.31. 출생자)
- 접종기관** 지정의료기관 및 보건소 \* 예방접종도우미 누리집에서 확인 가능(보건소 방문 전 확인 필수)
- 지원기간**
- 2회 접종자 | 2024.9.20.(금) ~ 2025.4.30.(수)
  - 1회 접종자 | 2024.10.2.(수) ~ 2025.4.30.(수)



- 의료기관 방문 시 지켜주세요**
- 1 건강상태가 좋은 날 예방접종 하기
  - 2 보호자와 접종대상자 모두 마스크 착용
  - 3 손소독 등 개인위생 수칙 준수
  - 4 접종 후 현장에서 20~30분 머무르며 이상반응 관찰 후 귀가

임신부

# 인플루엔자 예방접종하고 질병을 이길 병으로!



지원대상

임신 여부를 확인한 임신부 (산모수첩 등 소지)

접종기관

지정의료기관 및 보건소 \* 예방접종도우미 누리집에서 확인 가능(보건소 방문 전 확인 필수)

지원기간

2024.10.2.(수) ~ 2025.4.30.(수)



의료기관  
방문 시  
지켜주세요



1 건강상태가 좋은 날  
예방접종  
하기



2 보호자와 함께대상자  
모두 마스크  
착용



3 손소독 등  
개인위생 수칙  
준수



4 접종 후 현장에서  
20~30분 머무르며  
이상반응 관찰 후 귀가



65세 이상 어르신

# 인플루엔자·코로나19 동시접종하고 질병을 이길 병으로!



**지원대상** 65세 이상 어르신 (1959.12.31. 이전 출생자)

**접종기관** 지정의료기관 및 보건소 \* 예방접종도우미 누리집에서 확인 가능(보건소 방문 전 확인 필수)

**지원기간**

• 75세 이상 (1949.12.31. 이전 출생자)		2024.10.11.(금) ~ 2025.4.30.(수)
• 70 ~ 74세 (1950.1.1.~1954.12.31. 출생자)		2024.10.15.(화) ~ 2025.4.30.(수)
• 65 ~ 69세 (1955.1.1.~1959.12.31. 출생자)		2024.10.18.(금) ~ 2025.4.30.(수)

의료기관  
방문 시  
지켜주세요



1 건강상태가 좋은 날  
예방접종  
하기



2 보호자와 접종대상자  
모두 마스크  
착용



3 손소독 등  
개인위생 수칙  
준수



4 접종 후 현상에서  
20~30분 머무르며  
이상반응 관찰 후 귀가



## 참고 7 어린이 인플루엔자 예방접종사업 리플릿

2024.9.4.

질병관리청

### 2024~2025학기 어린이 인플루엔자 예방접종 지원사업

# 인플루엔자 예방접종하고 질병을 이길 병으로!



**대상** 생후 6개월 ~ 13세 어린이 (2013.1.1. ~ 2024.12.31. 출생자)

**내용** 인플루엔자 4가 예방접종 1회

**기간** 2회 접종 대상자 : 2024.9.20.(금) ~ 2025.4.30.(수)  
1회 접종 대상자 : 2024.10.2.(수) ~ 2025.4.30.(수)

**장소** 지정의료기관 및 보건소  
\*예방접종도우미 누리집에서 확인 가능, 보건소는 방문 전 확인 필수

**이런 분들은 예방접종을 해서는 안 됩니다!**

- ☑ 과거 인플루엔자 예방접종 후 중증 알레르기 반응이 있었던 경우
- ☑ 인플루엔자 백신 성분에 중증 알레르기 반응이 있었던 경우

**이런 분들은 예방접종에 주의해야 합니다!**

- ☑ 인플루엔자 예방접종 후 6주 이내 열성-바네 증후군의 과거력이 있는 사람
- ☑ 중증증 또는 중증 급성질환자는 증상이 호전될 때까지 접종 연기

예방접종도우미  
바로가기



예방접종  
신청안내

접종센터

접종안내

#### 예방접종 전·후 주의사항

- ☑ 예방접종 전 반드시 의사의 진단을 받아야 합니다.
- ☑ 건강 상태가 좋을 날 가까운 의료기관에 예방접종이 가능하지 시간 확인 후 방문합니다.
- ☑ 예방접종 전, 다른 증상이 있거나 만성질환이 있다면 반드시 의사와 상담해야 합니다.
- ☑ 접종 후 20~30분간 접종기관에 머물면서 급성 이상반응 발생 여부를 관찰한 뒤 귀가합니다.
- ☑ 접종 부위는 청결하게 유지합니다.
- ☑ 접종 후 2~3일간은 고열 등 원소와 다른 신체 증상이 나타나면 반드시 의사의 진료를 받도록 합니다.

#### 의료기관 방문 시 행동수칙

1. 방문 전, 예방접종 전  
온도, 마스크 착용
2. 손소독  
개인위생 수칙 준수
3. 접종 후 20~30분  
이상반응 관찰 후 귀가

#### 인플루엔자 예방접종 후 이상반응

예방접종 후 30분 이내의 이상반응

- ☑ 국소 이상반응: 접종부위 통증, 발적, 부종, 발열
- ☑ 전신 이상반응: 발열, 두통, 근육통, 두통 등



발열



두통



근육통



구토



두드림

예방접종 후 이상반응이 나타나면

- ☑ 국소 이상반응은 예방접종 후 1~2일 수 있으며, 1~2일 이내 호전됩니다.
- ☑ 다른 증상이 심해지거나 증상이 지속되는 경우, 그 밖에 다른 증상이 나타나면 즉시 의사의 진료를 받도록 합니다.

#### 인플루엔자 예방접종 후 주의사항

- ☑ 흐르는 물에 손을 30초 이상 씻기
- ☑ 흐르는 물에 손으로 눈, 코, 입 등을 만지지 않기
- ☑ 기침할 때는 휴지나 옷소매 위쪽으로 입과 코를 가리고 기침 억제하기
- ☑ 인플루엔자 예방접종을 받은 어린이는 유치원, 학교, 학원 등에 복귀·통과 시 주의하기
- ☑ 급성으로 발열과 발진, 인두염, 근육통 등 인플루엔자 의심 증상이 있는 경우 24시간 이내 의료기관에서 진료받기

예방접종 후 이상반응이 발생하면 보건소 및 의료기관을 통해 신고할 수 있으며  
예방접종도우미 국가예방접종정보시스템에 접속하여 신고할 수 있습니다.