



# 인플루엔자(독감) 발생 예방 수칙 안내

발행번호 2023 - 72호  
담당자 보건교사 최 화 순  
발행기관 익산송리유치원

☎ 유치원 723-2580 ☎ 행정실 723-2581 FAX 723-2585 <http://익산송리유치원.kr>

학부모님 안녕하십니까?

질병관리청에서는 23~24절기 9월 15일(금) 0시에 유행주의보를 발령하였으며 최근 인플루엔자 발생이 증가하는 추세입니다. 인플루엔자 의심 증상인 **38.0℃ 이상의 발열, 기침, 두통, 근육통, 콧물, 인후통, 식욕부진, 피로감이 있다면 신속히 의료기관을 방문하여 검사 및 치료**가 진행될 수 있도록 협조 부탁드립니다. 인플루엔자 및 감염병 예방을 위해 올바른 손 씻기를 생활화 하는 등 개인위생 수칙을 준수하여 건강한 학교생활을 이어갈 수 있도록 가정 내에서도 함께 지도해 주시길 부탁드립니다.

## 인플루엔자란?

- 흔히 **독감**으로 불리며, 주로 기침, 재채기 등 사람의 호흡기비말을 통해 전파
- 감염 되면 1~4일(평균 2일) 후에 증상이 나타나며, **38℃ 이상 고열, 기침, 인후통, 두통, 근육통, 피로감, 쇠약감, 식욕부진 등 전신증상**을 보임



## 인플루엔자 유행주의보란?

- 지역사회 내 인플루엔자 유행을 알리기 위한 발령 체계
- 23-24절기('23.9월 - '24.8월) 유행기준 : 외래환자 1천 명당 6.5명
- 23-24절기는 **9월 15일(금) 0시에 유행주의보 발령**

※ 직전 절기 유행주의보 해제없이 유행주의보 발령 지속



## 호흡기감염병 예방수칙

### ○ 호흡기감염병 예방수칙

- 올바른 손씻기 (흐르는 물에서 비누로 30초 이상)
- 기침 예절 지키기
- 씻지 않은 손으로 눈, 코, 입 만지지 않기
- 호흡기 증상이 있는 경우 마스크 착용 및 다른 사람과의 접촉을 피하고 진료받기
- 인플루엔자 예방접종 받기



접종기관 등은 예방접종도우미 ([nip.kdca.go.kr](http://nip.kdca.go.kr))에서 확인 가능

## ※감염병 예방을 위한 실천

- \*올바른 손씻기 (흐르는 물에서 비누로 30초 이상)
- \*유증상자와 접촉 피하기
- \*옷소매로 가리고 기침하기
- \*씻지 않은 손으로 눈, 코, 입 만지지 않기
- \*호흡기 증상이 있으면 마스크 착용 권유
- \*다른 사람과의 접촉을 피하고 진료 받기
- \*인플루엔자 예방접종 받기

2023. 11. 1.

익 산 송 리 유 치 원 장

\*올바른 손씻기로 질병 예방

## 올바른 손씻기의 질병 예방 효과

호흡기 질환



20% 발생 예방

설사 질환



30% 발생 예방

손씻기는 미국질병예방통제센터(CDC)에서  
셀프백신('do-it-yourself' vaccine)으로 언급할 만큼  
각종 감염병을 예방하는 가장 손쉽고 효과적인 방법입니다.

## 올바른 손씻기 6단계

흐르는 물에 비누로 30초 이상 구석구석 꼼꼼하게~

1



손바닥

손바닥을 마주대고 문지르기

2



손등

손등과 손바닥을 대고 문지르기

3



손가락 사이

손가락을 끼고 손가락 사이 닦아주기

4



두 손 모아

손가락 마주잡고 비비기

5



엄지손가락

엄지손가락을 돌려주며 닦아주기

6



손톱 밑

손톱 밑을 손바닥에 문지르며 마무리

그림출처: 질병관리청