



www.taein.hs.kr

“신뢰와 존중으로 배움이 일어나는 따뜻한 학교”

3월 보건소식

· 태인고 제2022 - 2호
· 발송일: 2022. 3. 7.
· 문의☎: 534-4994

보건실 이용 안내

1. 보건실 위치: 본관 3층
 2. 보건실 이용 대상: 전교생
 3. 보건실 이용 방법
 - 가. 보건실 이용은 가능한 쉬는 시간을 이용하도록 하고, 응급을 요하는 경우 외에는 수업 시간 이용을 자제합니다.
 - 나. 보건실에 오는 학생 중 반드시 부축해야 할 경우를 제외하고는 해당 학생만 보건실에 방문하며, 자신의 아픈 증상을 자세히 설명하고 처치를 받도록 합니다.
 - 다. 아픈 학생을 배려하기 위해 보건실에서 조용히 합니다.
 - 라. 알레르기성 체질(식품, 약), 심장병, 간질환 등 질환을 앓고 있거나, 병원 치료중이거나, 현재 다른 약을 복용하고 있을 때에는 반드시 미리 알려주어야 합니다.
 - 마. 안정은 1시간을 원칙으로 하며 환자의 상태에 따라 조정될 수 있고 안정 후에도 차도가 없는 경우는 담임교사에게 연락하여 병원진료 또는 가정안정을 권유합니다.
- 단, 코로나19 상황이 심각한 경우 이용 제한**
- 바. 보건실 방문 시 담임(교과)에게 입실 허락을 받습니다.

학교응급 절차 관리 안내

- ※ 근거 : 교과부 『학교응급환자절차관리』 매뉴얼(2011)
「학교교육과정」중에 발생하는 모든 안전사고의 경우
- ▶ 위급하지 않으나 병원진료가 필요한 경우, **보건실에서 응급조치하고 보호자에게 연락하여 인계함을 원칙으로 합니다.** (자녀에게 연락 가능한 전화번호를 알려주세요)
 - ♦ 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.

올바른 손씻기 6단계를 따라해 보세요

올바른 손씻기는 감염병을 절반으로 줄일 수 있습니다.
흐르는 물에 비누로 30초 이상 올바른 손씻기!



선제적 신속항원검사 안내

일	월	화	수	목	금	토
[3월1주] 학생주1회						
[3월2주~3월5주] 학생주2회, 교직원주1회						
3월1주	3월2주	3월3주	3월4주	3월5주		
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

- ▶ 신속항원 검사 결과, 자가진단 앱에 표시
- *검사결과 **음성이면- 등교하기**
- *검사결과 **양성이면-담임에게 연락하고, 선별진료소 방문 PCR검사 후 결과 확인 시까지 등교금지**
(PCR결과 양성-확진통보 문자 담임에게 알림)
- ▶ 확진시: 자가진단앱 “방역기관 통보내역 등록”

코로나19 감염 예방 수칙

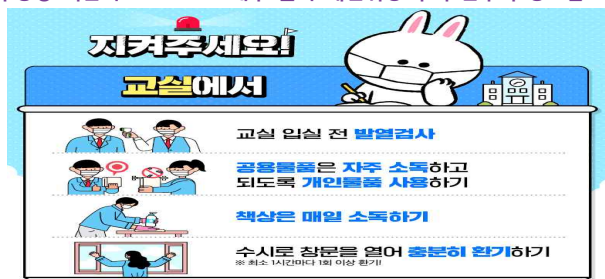
□ 누구나 해야 할 일

- 다음의 경우 반드시 비누와 물 또는 손소독제로 손을 씻어야 합니다.
 - ① 운동이나 쉬는 시간 후
 - ② 식사하기 전
 - ③ 등교 하자마자
 - ④ 화장실 이용 후
 - ⑤ 집에 도착하자마자
 - ⑥ 마스크 착용 전·후
- 만일 기침이나 재채기를 한다면
 - ① 휴지나 옷소매로 가리고
 - ② 사용한 휴지를 뚜껑이 있는 쓰레기통에 버린 후
 - ③ 반드시 비누와 물로 30초 이상 깨끗이 손씻기

□ 누구도 하지 말아야 할 일

- ① 코로나19 의심 증상이 있을 때 등교하는 것
- ② 씻지 않은 손으로 눈, 코, 입 만지는 것
- ③ 컵, 물병, 접시, 필기도구, 수건 등 공유하거나 음식을 나눠 먹는 것

** (오미크론 변이 바이러스) 전파력은 델타대비 2~3배, 입원율 1/5~3/4, 무증상 비율이 40~50%로 매우 높아 개인위생 수칙 준수가 중요함.





3월24일 세계 결핵의 날

결핵은 공기로 감염되는 제2급 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.

이럴 땐 결핵을 의심하세요!

- 기침, 가래가 2주 이상 계속될 때
미열이 계속될 때(특히 밤에)
- 가래에 피가 섞여 있을 때
- 입맛이 없고 평소보다 유난히 피곤할 때
- 체중이 급격히 줄어든 때
- 수면 중 식은 땀을 흘릴 때
- 피를 토할 때



결핵 예방과 치료는 이렇게..

결핵은 치료만 제대로 하면 완치가 가능한 질병입니다.

1. 결핵치료약은 반드시 결핵전문의에게 처방받는다.
2. 분량의 약을, 정해진 시간에 규칙적으로 복용한다.
3. 진단에 따라 6~18개월 이상 임의중단 없이 복용한다.
4. 2주 이상 지속되는 기침 시에는 반드시 검사한다.

(출처:결핵관리협회,결핵관리청)

성폭력 예방교육

성폭력이란 신체적인 접촉을 얼마나 했는가의 문제가 아니며, 가벼운 추행이더라도 상대방의 동의가 없었고 당하는 사람이 **성적 모욕감**을 느낀다면 성폭력입니다. 이럴 때에는 행위를 중지하도록 **자신의 느낌과 생각을 분명하게 표현해야** 합니다.

디지털 성폭력이란

동의 없이 사진이나 영상을 촬영, 유포하거나 이를 빌미로 협박하는 행위, 사이버 공간에서의 성적 괴롭힘 등을 의미한다.

□ 디지털 성범죄의 유형

- 촬영물 이용 성폭력 : 불법촬영, 유포·재유포, 소지·구입·저장, 유포협박, 온라인 그루밍/성착취, 허위영상물(편집, 합성, 가공 및 유포·재유포)
- 사이버 공간 내의 성적 괴롭힘을 말합니다.

본교에서는 학생의 성과 관련된 문제가 발생 하였을 때 **성고충 상담창구**를 운영하고 있으니, 도움을 받으시기 바랍니다.

황사 및 미세먼지 대응요령

미세먼지(PM₁₀)는 1,000분의 10mm보다 작은 먼지이며, 초미세먼지(PM_{2.5})는 1,000분의 2.5mm보다 작은 먼지로, **마타리락** 직경(약 60μm)의 1/20 ~ 1/30 크기보다 작은 입자입니다.

□ 미세먼지의 위해성

입자가 작을수록 걸러지지 않고 폐포까지 직접 침투해 천식이나 폐질환, 기관지염, 안질환을 일으킬 수 있고, 조기 사망률을 증가시킵니다. 특히 대기오염 취약계층(노약자, 어린이, 호흡기질환자, 심폐질환자 등)에게 피해가 큼니다.

□ 미세먼지 농도 및 행동요령

미세먼지 농도 및 행동 요령		농도별 예보등급 (μg/m³)			
		좋음	보통	나쁨	매우나쁨
예보 물질	미세먼지(PM10)	0~30	31~80	81~150	151 이상
	초미세먼지(PM2.5)	0~15	16~35	36~75	76 이상
행동 요령	*취약계층	건강관리 및 적절한 치료 유지	몸상태에 따라 유의하여 활동	무리한 실외활동 자제	가급적 실내활동
	일반인	-	-	장시간 무리한 실외활동 자제	장시간 또는 무리한 실외활동 자제

※ 취약계층 : 어린이, 노인, 임신부, 기저질환자(심뇌혈관질환자, 호흡기질환자, 천식 등)

□ 미세먼지 대응 수칙

- 자주 손을 깨끗이 씻기
- 창문을 닫아 실외 공기 차단하기
- 실외 활동 자제 또는 금지
- 외출 시 검증된 마스크, 보호안경 등 착용하기
- 채소, 과일 등 충분히 세척 후 섭취하기
- 천식 등 호흡기 및 심폐 질환 학생은 증상 관찰

* 미세먼지 예보사이트(<http://www.airkorea.or.kr/>)

모바일 앱(우리동네 대기정보) 문자 서비스 신청.

건강한 체중관리

포만감을 인지하는 호르몬은 식사 후 약 15~20분 후에 나오기 때문에 배부르다는 느낌이 덜하게 됩니다. 또 급하게 먹으면 음식의 흡수, 소화 등의 과정이 충분히 제 역할을 하기전에 이미 음식이 쌓이기 때문에 비만의 우려가 있습니다.



2022. 03. 07.

태 인 고 등 학 교 장