



교무실 063)582-2046
행정실 063)584-2053

3월 보건소식



희망찬 봄과 함께 새 학기가 시작되었습니다.

새내기 1학년 학생들의 입학과 재학생의 진급을 진심으로 축하드립니다.

학교생활을 위한 건강 길잡이가 될 수 있도록 백산중학교 보건소식을 전해 드립니다.

1학년 신입생들은 입학 전에 추가 예방접종을 완료 했는지 다시 한번 확인해 주시기 바랍니다.



보건실 이용 안내



1. 보건실 위치 : 본과 2층
2. 보건실 이용 대상 : 전교생
3. 보건실 요양 절차 : 보건실 침상 안정 필요시 학생은 보건 선생님의 판단 아래 담임선생님과 교과 담당선생님께 허락을 받을 후 할 수 있습니다.
(보건실 입실증에 담당교사, 담임교사 서명)
- 보건실에서 요양시간은 **1시간 이내**로 합니다.
- 2시간이상 요양이 필요한 경우에는 담임 선생님 및 보호자와 상의 후 가정안정 또는 병원진료
4. 응급상황이 아닌 경우 쉬는 시간을 이용
(수업시간에 이용 시-교과 선생님의 허락 필요)
5. 건강상 문제가 있어 병원에 다니고 있거나 **약물을 복용하고 있는 학생은 미리 알려주세요**
6. 부축이 필요한 경우가 아니면 보건실은 혼자 오도록 하여 보건실이 붐비지 않도록 배려 합니다.
7. 보건실 방문증에 학년, 반, 이름, 아픈곳, 증상을 기록 후 순서를 기다립니다.

학교 응급환자 관리 안내

(근거 : 응급의료 관한 법률 시행규칙 제 2조 제1호)

- ▶ 위급하지 않지만 병원진료가 필요한 경우 보건실에 일차적 처치를 하고 보호자에게 연락하여 보호자가 학생과 동행하여 병원지료를 받습니다.
- ▶ 위급하다고 판단되는 경우, 보호자에게 연락 후 교사가 학생과 동행하여 인근 병원으로 우선 이송한다.
- ▶ 움직이기 어렵거나 생명을 위협하는 위급상황 발생 시 119구조대에 연락하며 교사가 동행하여 학생을 병원으로 신속히 후송합니다.

호흡기 감염병 예방수칙

1. 예방접종

- 예방접종은 호흡기 감염병을 예방할 수 있는 가장 효과적인 방법
- 예방접종 후 감염되더라도 증증도를 낮춰줌
- 감염병 유행시기 전 인내가 있을 때 적극적으로 예방접종 실시

2. 적극적인 병원진료 및 진단검사 받기

- 호흡기 감염병 증상이 있는 경우 적극적으로 병원 방문하기
- 등교 전 호흡기 증상이 있는 경우 등교하지 말고 병원 방문
- 학교에서 호흡기 증상이 발생한 경우 선생님께 말씀드리기
- **호흡기 감염병 확진 시 담임선생님께 알리고 격리 기간 동안 등교 중지!**

3. 손 씻기

- 1830(1일 8번 이상 30초 이상) 흐르는 물에 비누로 손 씻기
- 외출 후, 배변 후, 식사전·후, 코를 풀거나 기침, 재채기 후
- 손을 씻을 여건이 되지 않을 경우 알코올이 함유된 손소독제로 손소독
- 씻지 않은 손으로 눈, 코, 입 만지지 않기

4. 기침예절 준수

- 기침이나 재채기를 할 때는 휴지나 손수건으로 입과 코를 가리기
- 휴지나 손수건이 없을 때는 옷소매로 입과 코를 가리기
- 기침이나 재채기 후 비누로 손을 씻거나 손소독제로 손소독 실시
- 사용한 휴지는 주변에 방치하지 말고 휴지통에 바로 버리기



감염병으로 인한 등교 중지 안내

- ▶ 학교보건법 제8조에 의거 학교의 장은 감염병에 감염되었거나, 감염이 의심되거나, 감염될 우려가 있는 학생 및 교직원에 대하여 대통령령이 정하는 바에 따라 등교를 중지시킬 수 있습니다. 이는 일정 기간 학교에 나오지 않고 가정에서 치료, 요양하도록 하여 모두의 건강을 보호하기 위한 조치입니다.
- ▶ 감염병 의심 학생은 담임선생님께 연락 후 병원 진료를 받습니다. 진료결과 감염병으로 확인되면 의사소견서(병명, 전염여부, 등교중지 기간)를 발급 받고 가정에서 요양합니다. 완치 후 등교시 소견서를 담임선생님께 제출합니다.

세계 결핵의 날 (3월 24일)

매년 3월 24일은 결핵 예방의 날이자 세계 결핵의 날입니다. 1882년 3월 24일은 독일의 의사이자 세균학자인 루베르트 코흐 박사가 결핵의 원인인 결핵균을 발견한 날로, 이를 기념하기 위해 100주년인 1982년에 세계 결핵의 날이 지정되었습니다.

결핵이란?

호흡기를 통한 결핵균 감염으로 발생하는 감염병. 결핵균은 보통 활동성 결핵환자의 기침, 재채기, 또는 대화 등으로 배출되며, 공기를 통해 타인의 폐로 들어가 감염을 일으킨다.

결핵의 증상



결핵을 의심할 수 있는 대표적인 증상들은 감기와 유사해서 감기로 오인되기 쉬워 진단이 늦어지는 경우가 많다. 따라서 뚜렷한 원인 없이 2주 이상 기침이 지속되거나, 결핵 증상들이 발현된다면 결핵검진을 받아보는 것이 좋다.

결핵 예방 수칙

- ① 기침 증상 2주 이상 지속, 체중감소 있다면 결핵 의심
- ② 기침이나 재채기할 때는 반드시 입과 고를 가리기
- ③ 기침한 후에는 비누로 흐르는 물에 30초 이상 손 씻기
- ④ 의심증상이 있다면 보건소 등 가까운 의료기관에서 결핵 검사

결핵 검사



흉부 X선 검사를 촬영하여 결핵 의심소견이 발견될 경우 객담(가래)검사를 통해 최종 감염여부를 확인하여 결핵을 진단한다.

결핵 치료

결핵 치료는 결핵균을 제거할 수 있는 여러 항결핵제를 복용하는 것으로, 치병된 결핵약을 최소 6개월 동안 꾸준히 복용하는 것이 핵심. 결핵약을 불규칙적으로 복용하거나 조기에 중단할 경우 다제내성결핵으로 이어지는 등 치료에 실패할 수 있으니 유의해야 한다.

응급처치 안내



성고충 상담창구 운영

본교에서는 학생 및 교직원의 성희롱, 성폭력, 성매매 등 성과 관련된 문제가 발생 하였을 때 여러분을 도와 드리는 성고충 상담창구를 아래와 같이 운영하고 있으니 필요할 때 도움을 받으시기 바랍니다.

1. 성희롱고충상담창구 : 본관 2층 보건실
2. 상담원 : 보건교사
3. 성희롱 사이버 신고 센터 : ☎1366 ☎1388 ☎117

어린이집, 유치원, 학교의 인플루엔자 바로알기 예방수칙



인플루엔자 예방수칙

예방접종 받기



증상발생 시 진료받기

인플루엔자 의심 증상 발생시 의료기관 방문하여 **인플루엔자** 진단도 가능! 인후통 등



인후통



기침



발열



근육통

기침예절 실천

나의 타인을 위한 배려, 기침예절을 실천하기



기침할 때 손가락
등으로 가리기



기침할 때 옷소매 안쪽부분
등으로 가리기



호흡기 증상이 있을 시
마스크 착용



기침 후 반드시
손씻기 실천하기

올바른 손씻기의 생활화

효과는 물에 40초 30초 이상 손씻기



흐르는 물에 비누로
최소 30초 손씻기



손톱 밑까지 깨끗하게,
손가락, 손바닥, 손등 등

올바른 손씻기 6단계



1. 손바닥 마주잡고
손가락 교차시켜서 문지르기



2. 손바닥 마주잡고
손가락 교차시켜서 문지르기



3. 손바닥 마주잡고
손가락 교차시켜서 문지르기



4. 엄지손가락을
손바닥 안쪽에 문지르기



5. 엄지손가락을
손바닥 안쪽에 문지르기



6. 엄지손가락을
손바닥 안쪽에 문지르기

호흡기 감염병 예방을 위한

5대 예방수칙



첫째, 기침예절 실천

- ① 호흡기 증상 있을 시 마스크 착용하기
- ② 기침할 때는 휴지와 옷소매로 입과 코 가리기
- ③ 기침한 후에는 비누로 손씻기
- ④ 사용한 휴지나 마스크는 바로 쓰레기통에 버리기



둘째, 올바른 손씻기의 생활화

- ① 흐르는 물에 비누로 30초 이상
- ② 외출 전후, 식사 전후, 코 풀거나 기침·재채기 후, 용변 후 등
- ※ 비누로 손 씻으면, 호흡기 감염병 5명 중 1명이 예방 가능

셋째, 씻지 않은 손으로
눈, 코, 입 만지지 않기

넷째, 실내에서는 자주 환기하기

- ① 2시간 마다, 10분씩 환기
- ② 학교, 어린이집 등 공공시설에서는 출입문과 창문을 동시에 열기

다섯째, 발열 및 호흡기 증상시
의료기관 방문하여 적절한 진료받기