



3월 보건 소식

사랑과 존경으로
참과 꿈을 가꾸어
가는 여울교육

튼튼한 몸과 고운 마음으로 슬기롭게 배우는 어린이 ◆ 전주시 완산구 고사평 8길 11 ☎ 교무실 255-9077

보건실 이용 안내

1. 보건실 위치 : 본관 1층 동편
2. 보건실 이용대상 : 전교생 및 교직원
3. 보건실 요양절차

보건실에서 침상안정을 원하는 학생은 보건 선생님의 판단 아래 담임 선생님과 담임 및 교과 선생님께 허락을 받은 후 요양을 할 수 있습니다.

(최대 1시간 이내)



4. 건강상 문제가 있어 병원에 다니고 있거나 약물을 복용하고 있는 학생은 꼭 ! 보건실에 와서 이야기해 주세요.

5. 학교에 있는 동안 병원 진료가 필요한 경우

- ① **위급하지는 않지만 병원진료가 꼭 필요한 경우**
▶ 보건실에서 일차적인 처치를 하고, 보호자에게 연락하여 보호자 동행하여 병원 진료 받기
- ② **위급한 응급상황 발생시**
▶ 보호자와 연락 후 교사가 학생과 동행하여 인근 병원으로 후송
- ③ **움직이기 어려운 응급상황 발생시**
▶ 119구조대에 연락, 교사가 동행하여 학생을 병원으로 긴급하게 후송

6. 보건실에 올 때는~ :

- ▶ 혼자 움직이기 어렵다거나 특별한 경우 이외에는 방문 시 **친구들이 같이 오지 않도록** 합니다.
- ▶ 보건실은 몸이 아프거나 다쳤을 때, 또는 고민이 있거나 건강에 대해 궁금한 것을 알고 싶을 때 이용하는 곳입니다.
- ▶ 급하지 않다면 쉬는 시간, 점심시간에 옵니다.
- ▶ 노크를 하고 들어와서 인사 후 문을 닫습니다.
- ▶ 아픈 부위와 증상에 대해 자세히 이야기합니다.
- ▶ 처치나 상담이 끝나면 선생님께 인사를 하고 문을 닫고 나갑니다.

오미크론 대응 행동수칙



감염 예방

- ① 예방접종 3차접종(부스터) 적극 참여하기
• 3차접종(부스터) 받기, 미접종자는 신속히 1차·2차 접종받기
- ② 3밀(밀폐·밀집·밀접) 환경에서 보건용 마스크(KF80, KF94) 쓰기
• 밀폐·밀집·밀접 환경, 감염취약시설 방문 시 KF80, KF94 마스크 권장
• 예방접종을 받았어도 마스크 착용하기
• 하루 3번, 10분 이상 문과 창문을 열어 환기하기
- ③ 대면 접촉 줄이기
• 사적모임은 6인 이내, 다중이용시설 이용시간은 짧게, 대화할 때는 마스크 착용

고위험군 조기진단·조기치료

- ④ (60세 이상, 고위험군) 의심증상시 신속하게 PCR 검사받고, 치료받기
선별진료소 PCR 검사, 확진 시 먹는 치료제 등 조기 치료받기
- ⑤ (일반) 의심증상시 신속항원검사 받고, 치료받기
선별진료소·지정의료기관·자가 신속항원검사(양성 시 PCR검사), 확진 시 재택치료

학생 건강상태 자가진단 안내

코로나19 감염 확산에 대비하여 학생 건강상태 자가진단을 매일 실시하고 있습니다. 학교 구성원의 안전을 위하여 매일 정확하게 학생의 상태를 파악하여 **자가진단에 협조** 부탁드립니다.

- ① 시간 : 매일 등교 전(주말, 공휴일 제외)

- ② 방법

가. **자가진단 앱** 설치 : '건강상태 자가진단(교육부)' 앱 설치 - 로그인(비밀번호 4자리) - 자가진단 제출

나. hcs.eduro.go.kr 주소에 접속 - 로그인 (학교,성명,생년월일 입력) - 자가진단 제출

- ③ 다자녀 참여 : 참여자 추가(앱)하여 실시

- ④ 자가진단 참여되지 않는 경우 : 다른 계정으로 로그인 또는 학교로 문의

감염병으로 인한 등교중지 안내

- ▶ 학교보건법 제 8조에 의거하여 **감염병 이환 학생은 등교중지(격리)하며, 의사의 진단서 또는 소견서 제출 시 출석으로 인정**됩니다.
- ▶ 감염병 의심 증상이 있는 경우, 담임 선생님께 연락 후 진료를 먼저 받도록 합니다.
- 진료 결과 감염병으로 확인되면
- **의사 소견서 (병명과 전염여부, 등교중지기간 기록)**를 발급 받고 가정에서 요양합니다.
- 완치 후 등교 시 소견서를 담임 선생님께 제출하면 출석인정.
- ▶ 학령기 쉽게 걸리는 감염병

병명	초기 증상	등교 중지 기간
수두	발열과 동시에 발진, 수포	모든 발진이 딱지가 될 때까지
유행성 이하선염	발열, 귀밑이 부어오름, 식욕부진	귀밑의 부어오른 것이 가라앉을 때까지
인플루엔자	고열, 근육통, 인후통, 두통	해열제 복용 없이 24시간 열이 나지 않는 것을 확인한 후 등교

약물 오남용 예방교육

혹, 아이가 아플 때 어른이 먹던 약을 주진 않았나요?

약물이란 병을 예방·치료하거나 신체기능을 변화시키는 물질입니다.



어린이는 성인에 비해 **약물에 대한 반응이 민감하고 약물을 사용 시 결과를 예측하기 어려워** 사용할 때는 적절한 약을 선택하고 이상 반응에 주의하여야 합니다.

이러한 이유로 학교 보건실에서는 아동에게 꼭 필요한 상황이 아니면 되도록 약을 사용하지 않으며, 필요할 때 안정성이 높은 약품을 사용하고 있습니다.

▶ 약물의 올바른 사용법

의사, 약사의 지시나 용법에 따라 처방, 용법, 치료목적, 유효기간 등을 정확히 지켜 사용합니다.

▶ 약을 복용 할 때는

1. 약은 1컵 이상의 물로 복용합니다.

- 약 복용 시 물이 부족하면 약물이 식도에 남게 돼서

궤양(상처) 등을 일으킬 수 있음

2. 약은 미지근한 물로 복용하는 것이 좋습니다.

- 찬물은 위장관에서 약물의 흡수를 저하시킬 우려가 있습니다.

3. 약은 물과 함께 복용하는 것이 좋습니다.

- 우유, 요구르트, 주스, 차 등은 약의 효과에 영향을 미치므로 약과 함께 복용하지 않습니다.

학부모와 함께하는 성교육

성 교육은 올바른 성 의식을 갖게 하여 합리적이고 인격적인 성 행동을 하도록 돕는 교육입니다.

1. 일상생활에 필요한 기본 습관을 기릅니다.

성 교육은 몸을 깨끗이 하고 안전을 도모하며, 규칙적인 생활을 유지하는 등 기본생활습관을 기르며 가정 안에서는 부모, 형제, 친척 등과 원만한 관계를 갖게 합니다.

2. 지적 학습을 통하여 체계적이고 과학적인 성 지식을 습득합니다.

남녀의 생리적 구조와 기능, 심리적 특성과 역할, 사람 사이의 사회적 관계 등에 관해 과학적인 지식을 가지게 합니다.

3. 올바른 성 의식, 분별 있는 성 윤리를 확립합니다.

이러한 성 의식과 성 윤리는 어려서부터 어른이 될 때까지 꾸준히 형성되는 것입니다.

4. 남성과 여성은 인간의 가치에 있어 평등하다는 것을 배우게 됩니다.

남·여 사이의 차이를 인정하고 평등한 존재임을 알게 하며, 존중과 배려를 습관화합니다.

성희롱, 성폭력 고충상담 안내

학교에서는 학생 여러분의 성폭력, 성희롱 등 성과 관련된 문제가 발생하였을 때 여러분을 도와줄 수 있는 <성 고충상담창구>를 운영하고 있으니 필요할 때 언제든지 보건실로 찾아오세요.

◆ 성희롱고충상담창구 설치 : 1층 보건실 ◆