



6월 보건소식

《 2025 - 47 호 》

영선중학교
www.ysite.ms.kr

(우 56455) 전북특별자치도 고창군 무장면 왕제산로 713

교무실: (063) 562-9704

행정실: (063) 561-0533

<6월 보건소식>

6월 9일은 구강보건의 날



첫 영구치가 나오는 시기인 6세의 「6」과 어금니를 뜻하는 한자 「구」를 숫자로 바꾸어 6월 9일이 구강보건의 날이 되었습니다. 구강건강의 중요성을 알리며 국민의 이해와 관심을 높이기 위해 2015년 '구강보건법'에 따라 법정기념일로 제정된 것입니다.

치아를 건강하게 유지하는 법



01 카페인을 줄이고 수분 유지하기
카페인은 치아에 착색과 입안의 건조함을 유발해요. 입안의 건조함을 예방하기 위해 물을 많이 마셔요.



02 금연 및 금주하기
술과 담배는 입 속의 세균 증식을 촉진하므로 담배와 술은 자제하도록 해요.

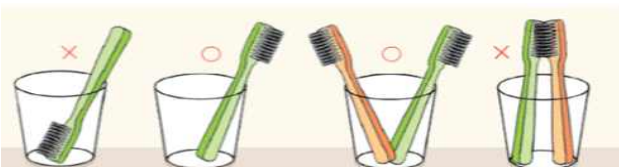


03 정기검진 및 스케일링 받기
최소 6개월에 한 번씩 정기 치과검진과 스케일링을 받고 구강질환이 의심될 때에는 가능한 한 빨리 진료받도록 해요.



04 구강위생용품 사용하기
올바른 양치뿐만 아니라 치실, 치간칫솔, 구강양치액 등의 구강위생용품을 함께 사용하도록 해요.

올바른 칫솔보관.



디지털 성범죄 예방

디지털성범죄는 디지털 기기 및 정보통신기술을 매개로 온·오프라인상에서 발생하는 젠더기반폭력을 폭넓게 지칭하며, 그 중에서도 불법촬영, 비동의 유포, 유포협박, 불법합성 등이 현행법상 성범죄로 인정되고 있습니다.

아동·청소년이 알아야 할 디지털성범죄 예방 7가지 안전수칙

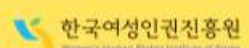
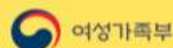
- ✓ 나와 타인에 대한 **개인정보**를 올리거나 **전송**하지 않습니다!
- ✓ 잘 모르는 사람이 보낸 인터넷 **링크**나 **파일**을 **클릭**하지 않습니다!
- ✓ 타인의 동의 없이 **사진**, **영상**을 **찍지도**, **보내지도**, **보지도** 않습니다!
- ✓ 타인의 사진, 영상에 **성적 이미지**를 **합성**하지 않습니다!
- ✓ 타인의 사진, 영상을 **퍼뜨리겠다고 위협**하지 않습니다!
- ✓ 잘 모르는 사람이 **개인정보**를 묻거나 **만남**을 요구하면 **어른에게 알립니다!**
- ✓ 촬영, 유포, 협박 등으로 두려움을 느낄 때 **전문기관에 도움**을 요청합니다! ☎1366

꼭 기억해요!

피해는 내 잘못이 아니에요
도와줄 사람들이 있어요
피해 상황에서 벗어날 수 있어요

여성긴급전화
☎ 1366

디지털성범죄피해지원센터
☎ 02-735-8994



청소년 마약 예방

청소년이 마약류 사건에 연루된 사례가 실제로 있을까요?



최근 5년간 청소년 마약사범 추이(19세 이하)

- ✓ 최근 마약류 사건에 연루된 청소년이 급증하고 있습니다.
- ✓ 또한 피해자로 시작해, 결국 가해자가 되는 사례도 발생하고 있습니다.

출처: 마약류 범죄백서(대검청장, 2023)

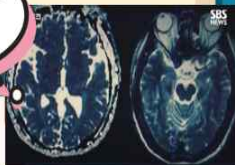
더 치명적인 10대 마약

청소년에게 더 치명적인 '마약중독'

뇌가 완전히 발달하지 않은 성장기 청소년의 마약 투약은 뇌가 녹아 내릴 정도의 충격을 준다고 경고합니다. 즉, 뇌손상 정도가 성인보다 더욱 심각합니다. 10대 마약중독자의 IQ는 평균 IQ에 비해 크게 떨어진다는 연구결과도 있습니다.



백만(1,000,000)볼트에 쏘으면 노트북이 어떻게 될까요?
마약도 같아요!
뇌가 녹아 내립니다!!



"뇌가 녹는다..."
더 치명적인 10대 마약
<SBS뉴스 2023. 7. 28.>

한순간의 호기심으로 시작한 마약류 사용은 더 심각한 범죄로 이어질 수 있습니다.

마약은 단순 소지만으로도 처벌받고, 미성년자라 하더라도 실형을 선고받을 수 있습니다.

구매 후 실제 사용하지 않았더라도 마약류 사범으로 처벌 받을 수 있습니다.

약품은 인터넷으로 구입할 수 없습니다. 인터넷을 통한 의약품 구매를 하지 않도록 합니다.

모기 매개 감염병 예방

모기 매개 감염병이란 감염된 모기에 물려 전파되는 감염병으로, 국내에서 발생하는 모기 매개 감염병은 말라리아와 일본뇌염이 대표적입니다.

□ 일본뇌염의 주요 증상

-일본뇌염 바이러스에 감염된 매개 모기(주로 작은빨간집모기)가 사람을 물어 전파

- 일본뇌염에 감염된 모기에 물린 후 5~15일 이후 증상이 나타납니다.
- 대부분 무증상이거나 무기력증, 발열의 증상이며 종종 두통, 복통, 메스꺼움, 구토 등이 나타납니다.



- 일본뇌염의 가장 좋은 예방법은 바로 예방접종입니다!
- 국가예방접종 지원 대상인 생후 12개월~12세 아동은 표준 일정에 맞춰 예방접종을 꼭 하주세요!
- 일본뇌염 예방접종 경험이 없는 성인에 대해서도 예방접종(유료)을 권장합니다.
- * 자세한 내용은 예방접종도우미 참고
예방접종도우미 누리집: nip.kdca.go.kr



□ 모기 매개 감염병 예방수칙!



모기가 활발히 활동하는 4~10월 야간 활동 자제



야외 활동 시 밝은 색의 긴 옷 착용



상처 얼굴 주변을 피해 기피제 사용



실내 방충망을 점검하고 모기장을 사용