제 2019 - 57 호

"세계를 가슴에 품고 진리와 사랑을 실천하는 자랑스런 한국인이 되자"

가정통신문

부서담당: 보건교사 유주희
전화번호: TEL: 021) 6493 - 9606
FAX: 021) 6493 - 9600
홈페이지: http://skoschool.com
中國 上海市 閔行區 華漕鎭 聯友路 355號 (郵)201107 ☎ 보건실 6493-9606

학부모님 안녕하십니까?

최근 플루엔자 의사(유사증상)환자가 유행기준을 초과함에 따라 인플루엔자 예방 및 관리지침에 대한 내용을 안내하고자 하오니 학생들의 건강한 학교생활을 위하여 가정에서도 세심한 관리 부탁드립니다.

인플루엔자(독감)란?

흔히 '독감'이라고 불리는 인플루엔자는 감염이 될 경우 일반적인 감기증상과 함께 갑작스러운 고열, 근육통, 쇠약감 등의 전신증상이 나타나는 것이 특징인 급성호흡기 질환입니다.

※감기와 인플루엔자(독감)의 차이 ※

	감기	인플루엔자(독감)
원인	리노바이러스, 코로나바이러스 등 200종이상의 바이러스에 의해 발생	인플루엔자 바이러스(Influenza virus A, B, C)에 의해 발생
증상	• 인후통(침 삼킬 때 목구멍이 아프다) • 콧물, 코 막힘, 재채기가 경미하게 나타남 • 기침 • 발열- 인플루엔자만큼 높지 않다	• 모든 감기 증상 • 38도 이상의 발열 • 두통, 관절통, 근육통, 인후통 등 • 어린이의 경우 오심, 구토 및 설사 등의 위장관 증상이 동반하기도 함.

인플루엔자 예방 행동 수칙

첫째, 손을 자주 씻고, 손으로 눈·코·입을 만지는 것을 피하십시오.

둘째, 재채기나 기침을 할 경우에는 휴지로 입·코를 가리고 하십시오.

셋째, 인플루엔자 예방접종 미접종자는 예방접종을 받으십시오.

넷째, 인플루엔자 의심증상이 있을 때는

- ❍신속하게 병의원에서 진료를 받습니다. (가정에서 의심증상 시 등교하지 말고 진료받으세요).
- ❍손 씻기, 기침예절을 지키며, 다른 사람과의 접촉을 자제합니다.
- ❍독감으로 진단 시 담임교사에게 연락주세요.(의사소견서를 제출하면 등교중지 가능)
- ❍발열과 호흡기증상(기침, 목 아픔, 콧물 등)이 있는 경우 마스크를 착용합니다.

노로바이러스 식중독 이란?

❍ 주로 겨울철에 급성 위장염을 일으키는 식중독으로 24~48시간의 잠복기를 거친 후 주로 구토, 설사, 복통 증상을 일으킴

❍ 노로 바이러스는 10일 이상의 높은 생존력이 있으며 감염성이 강함

- 낮은 온도(-20° C)에서도 오래 생존하고, 단 10개의 입자로도 감염시킬 수 있다.

❍ 일반적으로 발병 1~3일 이내 회복되나 1주간 분변으로 바이러스는 계속 배출

☞ 예방수칙

❍ 노로 바이러스는 크기가 매우 작아 쉽게 떨어지지 않으므로 비누를 사용하여 흐르는 물에 30초 이상 손을 씻어야 함(용변 본 후, 외출 후, 조리 전)

❍ 굴 등의 어패류는 가능한 익혀 먹고, 지하수는 반드시 끓여 마셔야 함

- 노로 바이러스는 열에 강하기 때문에 중심온도 85℃에서 1분 이상 익힐 것

❍ 채소, 과일은 깨끗한 물로 세척 후 섭취해야 함

❍ 구토, 설사 등 노로 바이러스 감염이 의심될 경우 즉시 의료기관을 방문

2019. 5 . 21 .

상 해 한 국 학 교 장