

- 인플루엔자(독감) 예방 안내 -

학부모님 안녕하십니까? 가정의 평안과 건강을 기원합니다.

일교차가 커지면서 호흡기 감염병 및 독감 발생이 작년 동일기간보다 이른 증가를 보여 독감 유행 이전부터 각별한 예방조치가 요구되고 있습니다. 이에 독감 예방 및 관리방법을 안내하오니 자녀의 건강한 학교생활을 위하여 가정에서 교육 자료로 활용해 주시기 바랍니다.

◆ 인플루엔자(독감)란 ?

흔히 '독감'이라고 불리는 인플루엔자는 감염될 경우 일반적인 감기증상과 함께 **갑작스러운 고열, 근육통, 쇠약감 등의 전신증상**이 나타나는 것이 특징인 **급성호흡기 질환**입니다.

1. 독감과 감기의 구분

		독감	감기
원인		인플루엔자 A형, B형 바이러스	라이노바이러스 등 200여 가지
증상	시작	갑자기 발병	서서히 발병
	발열정도	고열(37.8~38.0℃ 이상)	미열 (38.0℃ 이상 고열은 드물다)
	기침, 흉통	흔하며 심하다	약하다(목감기의 경우 간혹 심한 기침)
	콧물/코막힘, 인후통	때때로	흔하다
	두통, 근육통	흔하며, 심한 몸살 증상	약하다
	피로감, 쇠약감	2~3주 지속	약하다
합병증		폐렴, 기저질환 악화	드물다. 소아에서 부비동 충혈, 귀통증
치료약		항바이러스제(타미플루, 리렌자)	치료제 없음(증상에 따른 투약)
예방약		인플루엔자 백신	없다

2. 독감예방 행동요령

 <p>손씻기 ! 외출 후, 기침 후에는 흐르는 물에 비누로 손씻기</p>	 <p>기침예절 지키기 ! 휴지나 손수건이 없을 때는 옷소매 위쪽으로 입과 코를 가리고 기침하기</p>
 <p>등교 자제하기 ! 인플루엔자 의심증상이 나타날 경우, 병원을 방문하여 진료를 받고 등교 자제하기</p>	 <p>예방접종 하기 ! 항체 형성은 2주 정도 소요되므로 인플루엔자 유행 이전(10~11월)에 접종 완료하기</p>

- 발열과 호흡기 증상(기침, 인후통, 콧물 등)이 있을 경우 **마스크를 착용**합니다.

- 독감 의심 증상이 있는 경우, 병·의원에서 진료를 받고, 충분한 휴식과 수분섭취를 합니다.

※ 독감 의심 증상 : 37.8℃ 이상의 갑작스런 발열과 더불어 기침 또는 인후통

- 독감 진단을 받았을 때는 담임 선생님께 전화로 먼저 알린 후 완치되어 등교 시 **진단명 및 등교중지 기간이 명시된 진료확인서(또는 소견서)**를 제출하면 결석기간 동안 출석으로 인정됩니다.

- **독감 예방접종을 실시합니다.** 항체가 형성되기까지 약 2주의 기간이 걸리며, 개인별로 차이가 있지만 통상 6개월가량(3-12개월) 면역효과가 지속됩니다. 권장 시기는 **10월~11월로 지금이 적기**입니다.

2019년 10월 28일

청 명 고 등 학 교