



가정통신문

제2024-181호

광주광역시 북구 일곡동 모룡대길 61
<http://www.seonu.sc.kr/>

담당자: 보건교사
☎: 062-712-6921

인플루엔자(독감) 예방 안내

보호자님, 안녕하십니까?

최근 학교 내 인플루엔자 환자가 과거 절기 동기간 대비 높은 수준이며 뚜렷한 상승세를 보이고 있습니다. 이에, 인플루엔자 예방수칙 및 주의사항을 다음과 같이 안내하오니, 자녀의 건강한 학교생활을 위하여 가정에서도 지도 부탁드립니다.

인플루엔자란?

정의	□ 인플루엔자 바이러스(Influenza virus A·B·C) 감염에 의한 급성 호흡기 질환
전파 경로	□ 감염된 환자의 호흡기로부터 비말로 전파
잠복기	□ 1~4일(2일)
감염 기간	□ 전염력은 증상시작 1일 전부터 발병후 5~7일 정도 □ 단, 소아나 면역저하자에서는 바이러스 배출기간이 10일 이상 길어지기도 함
주요 증상	□ 호흡기 증상: 고열(38~40℃), 마른기침, 인후통 등 □ 전신 증상: 두통 근육통, 피로감, 쇠약감, 식욕부진 등 □ 그 외에도 콧물, 코막힘, 안구통, 구토, 복통 등이 동반될 수 있음 □ 대부분 경증으로 자연 치유되지만 노인, 영유아, 만성질환자, 임신부 등은 합병증 발생 또는 기저 질환의 악화로 입원치료를 받을 수 있고 일부는 사망에 이를 수 있음
예방 수칙	□ 인플루엔자 예방접종 받기 □ 발열 및 호흡기 증상이 있을 시, 가까운 의료기관 방문하여 진료 받기 □ 흐르는 물에 비누로 30초 이상 손 씻기 □ 마스크 착용 및 기침 예절 지키기 □ 씻지 않은 손으로 눈, 코, 입 만지지 않기

2024년 12월 16일

광주선우학교장

☞ 뒷면에도 계속됩니다.

인플루엔자 바로 알기(Q&A)

1. 인플루엔자란 어떤 질병인가요?

인플루엔자는 흔히 독감이라고도 불리며, 인플루엔자바이러스에 의한 감염성 호흡기 질환입니다. 인플루엔자의 임상증상은 경증에서 중증까지 나타날 수 있으며, 심한 경우 입원이 필요하거나 사망에 까지 이를 수 있습니다. 특히, 만 65세 이상 어르신, 어린이, 임신부, 폐질환/심장질환 환자, 특정 만성질환 환자, 면역저하자 등은 폐렴 등 합병증이 발생하거나 입원할 위험이 높습니다.

2. 인플루엔자 예방접종을 했는데도 인플루엔자에 걸릴 수 있나요?

인플루엔자 예방접종 후 약 2주 가량이 경과해야 방어항체가 형성되므로, 그 이전까지는 인플루엔자에 감염될 수 있습니다.

건강한 성인의 경우 백신 바이러스와 유행 바이러스가 일치할 때 약 70~90%의 예방효과가 있는 것으로 알려져 있으나, 일치하지 않을 경우 백신의 효과가 떨어지고, 개인별 면역에도 차이가 있어 인플루엔자에 걸릴 수 있습니다.

또한 어르신이나 만성질환이 있는 사람이 인플루엔자 예방접종 효과가 상대적으로 떨어질 수 있으나 인플루엔자 예방접종은 인플루엔자로 인한 입원과 사망을 줄이는데 매우 효과적이므로 예방접종을 적극 권장합니다.

3. 인플루엔자와 코로나19를 어떻게 구분하나요?

인플루엔자와 코로나19는 둘 다 호흡기 바이러스 감염병으로, 증상만으로 두 감염병을 정확히 구별하기는 어려우며, 검사를 통해 구별할 수 있습니다.

다만, 인플루엔자는 상대적으로 38℃ 이상의 갑작스러운 고열과 근육통, 두통이 발생하는 경우가 많고, 코로나19는 일반적인 호흡기 증상 이외에도 후각 또는 미각의 저하나 호흡곤란 등의 특징이 있습니다.

4. 인플루엔자는 어떻게 전염되나요?

인플루엔자는 기침, 재채기 등을 통해 사람끼리 전염됩니다.

기침/재채기에 의해 다른 사람이나 물체에 묻은 비말을 만진 손을 씻지 않고 눈, 입 또는 코를 만질 경우에도 인플루엔자 바이러스에 감염될 수 있습니다.