



슬기롭고 가슴 따뜻한  
어린이를 육성하는

중리초등학교

Tel: (교무실) 533-1155

# 중리통신

홈페이지: <http://joongni.es.kr/>  
경기도 포천시 관인면 한탄강2로 125-32

2022-132호

학생고충상담전화  
1588-7179, 534-0118

## 겨울철 유행 감염병 예방 안내(인플루엔자, 노로바이러스, 유행성이하선염)

학부모님 안녕하십니까?

최근 코로나19 확진자 중 재감염 추정비율이 지속 상승하고 있고, 연령별 발생률 중 10~19세의 발생률이 가장 높아 가정과 학교의 각별한 관심과 주의가 필요한 시기입니다. 이에 가정에서도 코로나19 감염 예방을 위한 방역수칙을 철저히 준수하여 주시고, 인플루엔자(독감) 등 겨울철 교내 유행이 우려되는 여러 감염병에 대해 안내해 드리오니 참고하셔서 적극적인 협조를 부탁드립니다.

### 1. 인플루엔자 예방

#### 인플루엔자 의심증상

발열(38.0℃ 이상), 두통, 근육통, 콧물, 인후통, 기침 등이 나타나며 소아는 오심, 구토, 설사 등이 나타나기도 합니다. 발열과 같은 전신 증상은 일반적으로 3~4일간 지속되지만, 기침과 인후통 등은 열이 떨어진 이후에도 며칠간 더 지속될 수 있습니다.

#### 잠복기: 1~4일(평균 2일)

#### 예방수칙

- ① 발열 및 호흡기 증상자를 피하고, 가족 중 발열·호흡기 증상이 있는 경우 다른 가족이 감염되지 않도록 가능한 접촉 피하기
- ② 기침예절 준수 (기침이나 재채기 시 옷 소매나 휴지로 입과 코를 가리기)
- ③ 손을 자주 씻기 (흐르는 물에 30초 이상 자주 씻기)
- ④ 씻지 않은 손으로 눈, 코, 입을 만지지 않기

#### 자녀가 인플루엔자(독감) 확진된 경우

- 인플루엔자로 진단을 받은 경우, 자녀는 등교하지 않고 집에서 휴식을 취해야 합니다.
- **해열제 복용 없이 정상체온 회복 후 24시간 경과 시 등교**할 수 있습니다.  
(단, 해열제를 투약한 경우, 마지막 해열제 투약 시점부터 48시간이 경과해야 함.)
- 인플루엔자는 법정감염병으로 결석 기간 동안 출석으로 인정됩니다.

☞ 독감 진단 시 담임교사에게 연락, 치료 후 등교 시 **병명 기재된 의사소견서나 진료확인서 등의 서류 제출**

### 2. 노로바이러스 예방

#### 노로바이러스 식중독이란?

노로바이러스 감염에 의한 급성 위장관염으로 주로 익히지 않은 조개류, 채소, 과일을 먹고 감염이 됩니다. 우리나라에는 연중 내내 발생하지만 겨울에 더 자주 발생합니다. 이는 다양한 온도 변화를 잘 견딜 수 있는 바이러스의 특성, 추운 날씨에 밀폐된 공간에 머무르는 시간 증가로 대인 간 전파력 높아짐 등의 이유가 있습니다.

#### 잠복기, 증상, 전염 가능 기간

- 잠복기: 24~48시간(평균 33시간)
- 주요증상: 설사, 구토, 구역질, 복통, 발열, 탈수, 권태감 등
- 전염 가능 기간: 급성기부터 설사가 멈추고 48시간 후까지

#### 감염경로

- 오염된 물, 음식 등의 섭취 및 감염자 접촉을 통한 사람 간 전파, 감염자의 분변, 구토물에 의한 전파. 바이러스 단 10개 정도만으로도 쉽게 전염을 일으키는 식중독으로 철저한 개인위생 수칙 준수를 통한 예방이 중요

□ 예방수칙

가열하기

- 어패류는 수돗물로 세척하고, 중심온도 85℃, 1분 이상 가열하기
- 물은 끓여먹기

소독하기

- 구토물 및 주변을 반드시 소독하기
- 화장실에서 용변 또는 구토 후 변기 뚜껑을 꼭 닫고 물 내리기

세척하기

- 흐르는 물에 비누로 30초 이상 손 씻기
- 채소, 과일은 깨끗한 물로 철저히 세척하기
- 구토물이 묻은 옷은 단독 고온세탁(50도 이상)

접촉주의

- 구토, 설사 증상 시 조리하지 않기
- 마스크 착용 및 접촉 하지 않기
- 구토 또는 설사 증상이 멈춘 후 최소 2일은 휴식하기

□ 자녀가 노로바이러스에 감염된 경우

- 등교중지 기간은 증상 소실 후 48시간까지

☞ 치료(완치)와 관련하여 진단명, 격리(치료)기간이 명시된 의사소견서 또는 진료확인서를 담임교사에게 제출하기

3. 유행성이하선염 예방

□ 유행성이하선염이란? ‘볼거리’라고도 하며 늦겨울이나 봄에 잘 발생하고, 4~19세 어린이에게 가장 흔하게 나타나는 급성 전염성 바이러스 질환입니다. 14~25일(평균 14~18일)의 잠복기를 거쳐 증상이 나타납니다.

□ 유행성이하선염(볼거리)의 증상

발열

- 1-2일 간의 발열, 두통, 근육통이 발생합니다.

귀밑 부종

- 귀밑 침샘의 통증과 부종, 발열, 두통, 근육통, 구토 및 식욕부진이 발생합니다.

감염된 사람의 30~40%에서 나타나므로 사람에 따라 호흡기증상만 나타날 수 있습니다.



전염

- 주로 기침, 재채기를 할 때 나오는 호흡기 분비물(비말)을 통해 전파되며, 바이러스에 오염된 물건에 접촉해 전파되기도 함. 전염 가능 기간은 증상 발생 3일 전부터 발생 후 5일까지

- 증상은 1주일 정도 후 감소하며 대개 10일 후면 회복됩니다. 간혹 뇌수막염, 고환염, 난소염, 췌장염, 청력장애 등의 합병증이 나타날 수 있지만, 대부분의 건강한 아이들은 특별한 합병증을 남기지 않고 회복이 됩니다.

- 전파방지를 위해 환자는 증상이 나타난 후 5일간은 격리해야 합니다.

□ 자녀가 유행성이하선염(볼거리)에 확진된 경우

- 등교중지 기간은 증상 발생 후 5일까지

☞ 치료(완치)와 관련하여 진단명, 격리(치료)기간이 명시된 의사소견서 또는 진료확인서를 담임교사에게 제출하기

4. 감염병 발생 시 등교중지 및 관리대책



증상 발현 시 즉시 등교중지 하세요.



의심증상 발현 시 즉시 병원진료를 받으세요.



미리 예방접종 받으세요.



개인위생(손 씻기 등)에 주의를 기울이세요.

☞ 감염병으로 인한 등교중지 기간은 출석으로 인정됩니다. 등교 시 진단명과 격리(치료)기간이 기재된 의사소견서 또는 진료확인서를 담임선생님께 제출해주시기 바랍니다.

2022. 12. 21.

중리초등학교장