

H1N1 (돼지독감) 과 기타 독감유형의 바이러스 예방에 관한 업데이트(update)

9월 1일, 2009

학부모님께,

올 학년도에는 다른 질병과 함께 독감이 뚜렷이 나타날 예측입니다. 질병대책센터(미국 보건성 공중위생국 CDC)뿐 아니라 조지아 보건당국의 발표에 따르면, 독감에 관련된 증상들이 평균보다 높은 수치로 전 주(州:state)에 걸쳐 지역적으로 학생들을 위협하고 있습니다.

이러한 발표들이불안을 야기시키려하는 것이 아니라, 학교측에서는 전 주(州:state)와 전국의 상황을 따르고, 전문 의료진들과의 연락을 통해 가장 최근 보고된 자료와 감염예방(억제)대책을 따르고 있음을 확인시켜 드리고자 합니다.

H1N1(신종플루)의 우려가 남아있다 할지라도, 공중 보건당국자들은 바이러스에 관한 초기경보를 하향조정하였습니다. 조지아, 의료공급자들은 플루병원체에 대한 검사를 모든 대상자마다 검사하지 않을 것 입니다. 그러므로, 학생이 계절독감(seasonal flu)과 대조적으로 신종플루(H1N1 virus)에 감염되었다 할 지라도 모두 다 알 수는 없습니다.

하지만, 현재 의료지침에 따르면 신종플루와 계절독감 바이러스에 대한 대책과 처방은 기본적으로 같은 방법으로 예방될 수 있습니다 (옆 컬럼을 참고하세요). 의료공급자들은 또한 바이러스가 감염되는 경로를 보다 자연스럽게 하도록 항바이러스 약품에 대한 조제를 자제하기로 결정하였습니다. 감염 환자의 경우 대부분- 신종플루(H1N1)이든 계절 독감이든 - 3-5 일간 지속되며 상태는 가벼운 것으로 나타났습니다.

독감 바이러스 정보

(H1N1 와 계절 독감(Seasonal Flu))

일반적 증상:

- 열
- 목부음/아픔
- 근육통
- 기침
- 콧물
- 극심한 피로

어떻게 퍼지나?

대개 독감은 감염자가 기침이나 재채기를 할때 사람과 사람을 통해 옮습니다. 그리고 바이러스는 손을 통해 눈과 코를 비비면서 감염이 됩니다.

자녀가 독감에 감염되었다고 생각되면:

- 충분한 휴식을 취하도록 합니다.
- 탈수를 막기위해 충분한 양의 카페인이 없는 음료를 마시도록 합니다.
- 아스피린이 함유되지 않은 해열제를 복용합니다.
- 최소 24시간 동안 해열제를

이 번 독감 시즌동안 정상적으로 학교가 운영될 수 있기를 목표로 하고 있습니다. 처음 예측했던만큼 심각한 상태의 바이러스가 아닐지라도 , 추가적인 단계가 필요하다면 확산을 막기위해 다음과 같이 예방해 줄 것을 바랍니다:

- 학교에 도착하면 학생과 직원이 열이있고 독감증상이 있는지 검사하여,
- 의자를 멀게 배치하거나 교실을 옮기는 것을 연기하는등 서로간의 간격을 넓게 하며,
- 아픈 경우, 몇일간 학교를 결석하도록 조치한다.

이제, 학교에서는 정상적인 운영을 위해 모든 것을 실행하고자 합니다.

다음은 여러분이 지켜주어야 할 몇가지 사항들 입니다:

- 자녀들의 손을 비누와 물 혹은 알코올이 들어간 소독제로 자주 씻도록 지도합니다. 부모가 직접 행동을 보임으로써 좋은 예가 되도록 합니다.
- 개인 물품 예를들면, 음료수, 음식 또는 씻지않은 식도구를 나누어 쓰지않도록 하고, 기침이나 재채기를 할때는 휴지를 사용하도록 합니다. 만약 휴지가 없는 경우, 손을 사용하는 대신 팔꿈치, 팔 혹은 소매를 사용하도록 권장합니다.
- **독감 증상알기.** 독감의 증상은 열(화씨로 100 도 이상, 섭씨 37.8 이상), 기침, 목아픔, 콧물, 몸살, 두통, 피곤함 등 입니다. 토하거나 설사를 하는 경우도 있습니다.



- **해열제를 복용하지 않고 최소 24 시간 이상 열이 오르지 않을 때까지 집에서 보호합니다.** 증상을 보이는 자녀와 혹은 열을 동반한 증상의 자녀를 집에 데리고 있는 것으로 많은 수의 사람들이 감염되는 것을 줄일 수 있습니다.
- **아픈 학생은 학교에 보내지 말아주시기 바랍니다.** 아프다고 판단된 학생은 학교로 부터 귀가 조치를 취하게될 것 입니다. 독감과 연관된 뚜렷한 증상을 보이지 않는 한 독감에 감염된 학생의 자녀나 주변인이 학교에 등교하는 것은 허락됩니다.
- **계절독감에 대한 가족 예방접종을 합니다.** 만약, 가능하다면, 신종 플루접종 또한 받도록 합니다.

학군(학구)에서는 독감방지전략에 대한 어떠한 변경이 있을 경우 항상 정보를 전달해 드릴 것 입니다.

업데이트된 사안들을 웹사이트 www.fultonschools.org 에서 확인하실 수 있으며, 신종플루에 대한 자세한 내용은 아래 웹사이트나 전화 1-800-CDC-INFO로 문의하실 수 있습니다.

Sincerely,

Cindy Loe, Ph.D.
Superintendent

Flu Resources(독감 대책부):

- Centers for Disease Control and Prevention: www.cdc.gov/H1N1flu
- U.S. Department of Health and Human Services: www.flu.gov
- Georgia Department of Community Health: www.dch.georgia.gov
- GDCH's Division of Public Health: www.health.state.ga.us
- Georgia Consumer Healthcare Info: www.georgiahealthinfo.gov