

 보건복지부 질병관리본부		<h1>보 도 참 고 자 료</h1>	
배 포 일	2017. 12. 1. (총 16 매)	과장 / 담당	전 화
담당부서	감염병관리과	조은희 / 서순영	043-719-7120 / 7113
	예방접종관리과	공인식 / 여상구	043-719-6810 / 6819
	바이러스분석과	강 춘 / 정윤석	043-719-8190 / 8192

질병관리본부, 인플루엔자 유행주의보 발령

- ◇ 2017년 12월 1일(금) 인플루엔자 유행주의보 발령
- ◇ 인플루엔자 예방접종 당부 및 의심증상시 진료 권고
- ◇ 감염예방 및 확산방지를 위한 손씻기, 기침예절 등 개인위생 준수 당부

□ 질병관리본부(본부장 정은경)는 47주(11.19.~11.25.) 인플루엔자 의사환자분율*이 유행기준을 초과**함에 따라, 12월 1일(금) 인플루엔자 유행주의보를 발령하고, 인플루엔자 예방을 위해 예방접종 및 손씻기, 기침예절 지키기 등 개인위생수칙 준수를 당부하였다.

* 인플루엔자 의사환자: 38℃ 이상의 갑작스러운 발열과 더불어 기침 또는 인후통을 보이는 자
 ** 2017-2018절기 인플루엔자 유행기준: 6.6명/1,000명(2016-2017절기 8.9명)
 (인플루엔자 유행기준 공식: 과거 3년간 비유행기간 평균 인플루엔자 의사환자(ILI) 분율 + 2×표준편차)

- 올해는 생후 6개월 이상 59개월 이하 어린이까지 무료접종을 지원중이며, 78.5%(제주 74.9%~충남 80.9%)가 접종을 완료하였으므로 아직까지 접종받지 않은 어린이의 보호자에게 서둘러 접종받을 것을 당부했다.
 * <붙임 3. 2017-2018절기 어린이 인플루엔자 접종현황> 참고
- 아울러, “무료접종 대상자 외에 임신부, 만성질환자, 50~64세 인구 등의 인플루엔자 고위험군과 건강한 청소년 및 성인도 감염예방을 위해 본격적인 인플루엔자 유행이 시작되었다 하더라도 예방접종이 필요하다”고 밝혔다.

□ 질병관리본부는 인플루엔자 검사에서 양성이면 항바이러스제의 요양급여가 인정되며, 특히 유행주의보가 발령되면 고위험군* 환자는 인플루엔자 검사 없이 항바이러스제 요양급여가 인정되므로 인플루엔자 의심증상이 있는 경우 가까운 의료기관에서 초기에 진료를 받도록 권고하였다.

* 고위험군: 만기 2주 이상 신생아를 포함한 9세 이하 소아, 임신부, 65세 이상, 면역저하자, 대사장애, 심장질환, 폐질환, 신장기능장애 등

□ 더불어, 보육시설, 학교 및 요양시설 등 집단시설에서는 특별히 예방 및 환자관리에 주의해야 한다고 하였다.

○ 영유아 및 학생은 기관 내 유행을 예방하기 위하여 인플루엔자 증상발생 일로부터 5일이 경과하여야 하고 해열제 없이 체온 회복 후 48시간까지 어린이집, 유치원, 학교 및 학원 등에 등원·등교를 하지 않도록 하여야 한다고 당부하였다.

○ 노인요양시설 등 고위험군이 집단 생활하는 시설에서는 직원 및 입소자에게 예방접종을 실시하고, 입소자의 인플루엔자 증상 모니터링을 강화하고 호흡기 증상이 있는 방문객의 방문을 제한하며, 증상자는 별도로 분리하여 생활하도록 해야 한다고 권고하였다.



□ 또한 인플루엔자 감염예방 및 확산방지를 위해 유행이 시작되었다 하더라도 미접종자는 인플루엔자 백신 접종을 받는 것을 거듭 당부했다.

□ 이와 함께, 인플루엔자 예방을 위해서는 올바른 손씻기, 기침예절 등 개인위생수칙을 생활화해야 한다고 강조하였다.

◀ 개인위생수칙 ▶

◇ 올바른 손씻기의 생활화

- 흐르는 물에 비누로 30초 이상 손씻기
- 외출 후, 배변 후, 식사 전·후, 기저귀 교체 전·후, 코를 풀거나 기침, 재채기 후 등

◇ 기침예절 실천

- 기침할 때는 휴지나 옷소매 위쪽으로 입과 코를 가리고 하기
- 기침 후 반드시 올바른 손씻기 실천
- 호흡기증상이 있을 시 마스크 착용
- 사용한 휴지나 마스크는 바로 쓰레기통에 버리기

◇ 자기 손으로 눈, 코, 입 만지지 않기

붙임 1 인플루엔자 개요

정의	◦ 인플루엔자 바이러스(Influenza virus A·B·C) 감염에 의한 급성 호흡기 질환
질병분류	◦ ICD-10 J10.0~11.8
병원체	◦ 인플루엔자 바이러스 A·B·C
전파경로	◦ 감염된 환자의 호흡기로부터 비말(droplet)로 전파
잠복기	◦ 1일~7일(평균 2일~3일)
감염 기간	◦ 감염력은 증상시작 1일 전부터 4일~5일간 가장 높지만 소아나 면역저하자 바이러스 배출 기간이 2주 이상 길어지기도 함
주요증상	<ul style="list-style-type: none"> ◦ 고열(38~40℃), 마른기침, 인후통 등 호흡기 증상과 두통, 근육통, 피로감, 쇠약감, 식욕부진 등 전신증상을 보임 ◦ 그 외에도 콧물, 코막힘, 안구통, 구토, 복통 등이 동반될 수 있음 ◦ 대부분 경증으로 자연 치유되지만 노인, 영유아, 만성질환자, 임신부 등은 합병증 발생 또는 기저질환의 악화로 입원치료를 받을 수 있고 일부는 사망에 이를 수 있음 ◦ 증상 지속기간 5일~9일
합병증	<ul style="list-style-type: none"> ◦ 부비동염, 중이염 등 상부호흡기감염증 ◦ 모세기관지염, 기관지염, 폐렴 등 하부호흡기 감염증 ◦ 뇌염, 횡단성 척수염, 심근염, 근육염(횡문근융해증), 기흉 등
진단	<ul style="list-style-type: none"> ◦ 검체(비인두, 구강인두 및 비강에서 채취된 도찰물, 흡인물) 등에서 바이러스 분리 ◦ 검체 등에서 바이러스 특이 유전자 검출 ◦ 회복기 혈청의 특이 항체가 급성기에 비하여 4배 이상 증가 또는 인플루엔자 특이 항체 확인
치료	<ul style="list-style-type: none"> ◦ 대증요법 ◦ 항바이러스제 치료
치명률	◦ 0.5-1명/1000환자
관리	◦ 증상 발생 후 5일간 등교, 등원, 출근 등 제한 권고
예방	<ul style="list-style-type: none"> ◦ 일반적 예방 <ul style="list-style-type: none"> - 올바른 손씻기 <ul style="list-style-type: none"> · 흐르는 물에 비누로 30초 이상 손씻기 - 기침 예절 <ul style="list-style-type: none"> · 마스크 쓰기, 옷소매 및 휴지로 가리고 기침 등 - 손으로 눈, 코, 입 등을 만지지 않기 - 기침, 콧물, 발열 등 유증상자와 접촉 피하기 ◦ 예방 접종 <ul style="list-style-type: none"> - 권장시기 : 10~12월 - 만 9세 이상 소아 및 성인 : 과거 접종력과 상관없이 1회 접종 - 생후 6개월 이상~만 8세 소아 : 인플루엔자 예방접종을 처음 받는 경우 4주 간격으로 2회 접종

붙임 2 인플루엔자 예방·관리를 위한 어린이 및 학생의 준수사항

[어린이 및 학생의 준수사항]

- 1) 유행 시기 전까지 예방접종 받기
- 2) 개인위생 준수
 - 올바른 손씻기
 - 흐르는 물에 비누로 30초 이상 손씻기
 - 외출 후, 배변 후, 식사 전·후, 기저귀 교체 전·후, 코를 풀거나 기침, 재채기 후 등 실시
 - 기침 예절 지키기
 - 기침할 때는 휴지나 옷소매 위쪽으로 입과 코를 가리고 하기
 - 기침 후 올바른 손씻기 실천
 - 호흡기 증상이 있을 시 마스크 착용
 - 사용한 휴지나 마스크는 바로 쓰레기통에 버리기
(마스크를 버릴 때 끈 잡고 버리기)
 - 자기 손으로 눈, 코, 입 만지지 않기
- 3) 유행 시기에 사람이 많이 모이는 장소 가지 않기
- 4) 인플루엔자 의심 증상(발열 및 기침, 인후통 등)을 보이는 사람과 접촉을 피하기
- 5) 인플루엔자 의심 증상(발열 및 기침, 인후통 등) 발생 시 의료기관을 방문하여 진료를 받은 후 집에서 충분한 휴식 및 수분·영양 섭취
- 6) 증상 발생 후 5일이 경과하여야 하고 해열제 없이 체온 회복 후 48시간까지 어린이집, 유치원, 학교 및 학원 등에 등원·등교를 하지 않도록 함

붙임 3 개인위생수칙 안내

□ 올바른 손씻기

- 흐르는 물에 비누로 30초 이상 손씻기



□ 기침예절

- 옷소매 위쪽이나 휴지로 입과 코를 가리고 기침하기
- 기침한 후에는 흐르는 물에 30초 이상 손씻기



붙임 4 인플루엔자 Q&A

Q1. 인플루엔자란 무엇인가요?

흔히 독감이라고 하며 인플루엔자 바이러스에 의한 상기도 감염입니다. 만 65세 이상, 유아, 임산부, 폐질환/심장질환 환자, 특정 만성질환 환자, 면역저하자 등은 폐렴 등 합병증 및 입원할 위험이 높습니다.

Q2. 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 바이러스가 감염될 수 있습니다.

Q3. 인플루엔자는 얼마 동안 다른 사람에게 전염시킬 수 있나요?

인플루엔자 환자의 경우 나이에 따라서 전염기간에 차이가 있는데, 성인의 경우 대개 증상이 생기기 하루 전부터 증상이 생긴 후 약 5일 동안 감염력이 있으나 소아의 경우에는 증상 발생 후 10일 이상 감염력이 있는 경우도 있습니다.

Q4. 인플루엔자의 증상은 무엇인가요?

인플루엔자 바이러스에 감염되면 1~4일(평균 2일) 후에 증상이 나타납니다. 인플루엔자는 발열, 두통, 근육통, 콧물, 인후통, 기침 등의 증상이 나타납니다. 소아는 오심, 구토, 설사 등이 나타나기도 합니다. 발열 및 기타 증상은 일반적으로 7~10일 지속되지만 기침 등은 1~2주 더 오래 지속될 수 있습니다.

Q5. 인플루엔자의 합병증은 무엇인가요?

합병증은 노인, 소아, 만성질환자 등에서 잘 발생하며 이로 인해 입원하거나 사망하는 경우도 있습니다.

인플루엔자의 가장 흔한 합병증은 중이염과 세균성 폐렴이며 이외에도 심근염, 심낭염, 기흉, 기종격동, 뇌염, 뇌증, 횡단성 척수염, 횡문근융해증, 라이 증후군 등이 발생할 수 있습니다.

또한 만성기관지염이나 만성호흡기질환, 만성심혈관계 질환의 경우 인플루엔자 감염으로 악화될 수 있습니다.

Q6. 인플루엔자 예방은 어떻게 하나요?

인플루엔자 예방접종을 받고, 인플루엔자 환자와 접촉을 피하고, 올바른 손씻기와 손으로 눈, 코 또는 입을 만지지 않기 등 개인위생수칙을 준수해야 합니다.

Q7. 인플루엔자 예방접종은 얼마나 효과가 있나요?

인플루엔자 예방접종은 건강한 젊은 사람에서는 약 70~90%의 예방효과가 있으나, 노인이나 만성질환이 있는 사람에서는 효과가 약간 떨어집니다. 그러나 노인이나 만성질환자의 경우에는 인플루엔자 예방접종이 인플루엔자로 인한 입원과 사망을 줄이는 데 매우 효과적이므로 접종을 받는 것이 좋습니다.

Q8. 올해 인플루엔자 예방접종은 했는데 인플루엔자에 걸릴 수 있나요?

인플루엔자 예방접종을 받더라도 인플루엔자에 걸릴 수 있습니다. 인플루엔자 예방접종 후 약 2주가량 경과되면 방어항체가 형성됩니다. 따라서 그 이전에는 인플루엔자에 감염될 수 있습니다. 또한 접종한 백신의 바이러스와 당해 유행 바이러스의 종류가 다르면 백신의 효과가 떨어집니다. 백신을 접종받는 사람의 연령이나 기저질환, 건강상태에 따라서는 백신 효과가 떨어질 수 있으며 이 경우 인플루엔자에 걸릴 수 있습니다.

붙임 5 인플루엔자 홍보 포스터 및 리플렛

□ 보육시설 및 학교용 포스터

질병관리본부 KCDC **1339** 질병관리본부 콜센터

인플루엔자를 예방합니다

- 인플루엔자 예방접종받기
- 인플루엔자 진단시에는 어린이집, 유치원, 학교 등 등교 차제
- 인플루엔자 유행시기에는 사람이 많은 장소 방문 자제

개인 위생 수칙

올바른 손씻기의 생활화

흐르는 물에 비누로 30초 이상 손씻기

외출 후, 배변 후, 식사 전후, 기저귀 교체 전후, 코를 풀거나 기침, 재채기 후 등

기침예절 실천

- 기침할 때는 휴지나 옷소매 위쪽으로 입과 코를 가리고 하기
- 기침 후 반드시 올바른 손씻기 실천
- 호흡기질환에 있을 시 마스크 착용
- 사용한 휴지나 마스크는 바로 쓰레기통에 버리기

자기 손으로 눈, 코, 입 만지지 않기

□ 보육시설 및 학교용 리플렛

질병관리본부 KCDC **1339** 질병관리본부 콜센터

인플루엔자를 예방합니다

어린이 및 학생의 준수사항

- 유행 시기 전까지 예방접종받기
 - 개인 위생 준수 하기
 - 올바른 손씻기
 - 흐르는 물에 비누로 30초 이상 손씻기
 - 외출 후, 배변 후, 식사 전후, 기저귀 교체 전후, 코를 풀거나 기침, 재채기 후 등 실시
 - 기침 예절 지키기
 - 기침할 때는 휴지나 옷소매 위쪽으로 입과 코를 가리고 하기
 - 기침 후 올바른 손씻기 실천
 - 호흡기 증상이 있을 시 마스크 착용
 - 사용한 휴지나 마스크는 바로 쓰레기통에 버리기 (마스크를 버릴 때 끈 잡고 버리기)
 - 자기 손으로 눈, 코, 입 만지지 않기
 - 유행 시기에 사람이 많이 모이는 장소 가지 않기
 - 인플루엔자 의심 증상(발열 및 기침 또는 인후통 등)을 보이면 선별검사를 받기
 - 인플루엔자 의심 증상(발열 및 기침, 인후통 등) 발생 시 의료기관을 방문하여 진료를 받은 후 집에서 충분한 휴식 및 수분·영양 섭취 하기
 - 증상 발생 후 5일이 경과하여야 하고 재발 없이 회복 후 48시간까지 어린이집, 유치원, 학교 및 학원 등에 등원·등교를 하지 않기

인플루엔자에 대해 알아볼까요?

인플루엔자란 무엇인가요?

흔히 독감이라고 하며 인플루엔자 바이러스에 의한 상기도 감염입니다.

만 65세 이상, 유아, 임신부, 재결핵/사상결핵 환자, 특정 만성질환 환자, 면역저하자 등 고위험군, 입 도는 코를 막을 경우에도 인플루엔자 바이러스가 감염될 수 있습니다.

인플루엔자는 어떻게 전염되나요?

인플루엔자는 기침, 재채기 등을 통해 사람끼리 전염됩니다. 기침/재채기에 의해 다른 사람이나 물체를 통한 비말을 통한 손씻기 않고 눈, 입 또는 코를 막을 경우에도 인플루엔자 바이러스가 감염될 수 있습니다.

인플루엔자의 합병증은 무엇인가요?

합병증은 노인, 소아, 만성질환자 등에서 잘 발생하며 이로 인해 입원하거나 사망하는 경우도 있습니다. 인플루엔자의 가장 흔한 합병증은 중이염과 세균성 폐렴이며 이외에도 심근염, 심낭염, 기흉, 기종격벽, 뇌염, 뇌수막염, 횡단근염, 횡문근염, 라이증후군 등이 발생할 수 있습니다. 또한 만성기관지염이나 만성폐쇄성질환, 만성심혈관계 질환의 경우 인플루엔자 감염으로 악화될 수 있습니다.

인플루엔자는 얼마 동안 다른 사람에게 전염시킬 수 있나요?

인플루엔자 환자의 경우 나이에 따라서 전염기간에 차이가 있는데, 성인의 경우 대개 증상이 생기기 하루 전부터 증상이 생긴 후 약 5일 동안 감염력이 있으나 소아의 경우에는 증상 발생 후 10일 이상 감염력이 있는 경우도 있습니다.

인플루엔자는 어떤 증상이 나타나나요?

인플루엔자 바이러스에 감염되면 1~4일(평균 2일) 후에 발열, 두통, 근육통, 콧물, 인후통, 기침 등의 증상이 나타납니다. 소아는 오심, 구토, 설사 등이 나타나기도 합니다. 발열 및 기침 증상은 일반적으로 7~10일 지속되지만 기침등은 1~2주 더 오래 지속될 수 있습니다.

인플루엔자 예방은 어떻게 하나요?

인플루엔자 감염을 받고, 올바른 손씻기 실천과 손으로 눈, 코를 막지 않는 등 개인위생이 중요하며, 인플루엔자 환자와의 접촉을 피해야 합니다.

인플루엔자 예방접종은 얼마나 효과가 있나요?

인플루엔자 예방접종은 인접한 젊은 사람에서는 70~90%의 예방효과가 있으나, 노인이나 만성질환이 있는 사람에서는 효과가 약간 떨어집니다. 그러나 노인이나 만성질환자의 경우에는 인플루엔자 예방접종으로 인플루엔자 감염 위험과 사망을 줄이는 데 매우 효과적이라고 알려진 효과를 받는 것이 좋습니다.

올해 인플루엔자 예방접종은 했는데 인플루엔자에 걸릴 수 있나요?

인플루엔자 예방접종을 받더라도 인플루엔자에 걸릴 수 있습니다. 인플루엔자 예방접종 후 약 2주 가량 경과되면 방어항체가 형성됩니다. 따라서 그 이전에는 인플루엔자에 감염될 수 있습니다. 또한 접종용 백신의 바이러스의 일체 유행 바이러스의 종류가 다른 백신의 효과가 떨어집니다. 백신을 접종하는 사람의 연령이나 기저질환, 건강상태에 따라서도 백신 효과가 떨어질 수 있으며 이 경우 인플루엔자에 걸릴 수 있습니다.

□ 요양시설용 포스터

인플루엔자를 예방합니다

- 인플루엔자 예방접종받기
- 자주 만지는 표면과 물건 등을 자주 닦고 소독하기
- 입소자 중 인플루엔자 증상 발생시 다른 입소자와 접촉하지 않기
- 호흡기 증상이 있는 방문자의 출입 제한
- 시설 직원이 인플루엔자 증상발생 시 근무 제한

개인 위생 수칙

올바른 손씻기의 생활화

- 흐르는 물에 비누로 30초 이상 손씻기
- 외출 후, 배변 후, 식사 전후, 기저귀 교체 전후, 조물 옮기거나 기침, 재채기 후 등

기침예절 실천

- 기침할 때는 휴지나 옷소매 뒤쪽으로 입과 코를 가리고 하기
- 기침 후 반드시 올바른 손씻기 실천
- 호흡기 증상이 있을 시 마스크 착용
- 사용한 휴지나 마스크는 바로 쓰레기통에 버리기

자기 손으로 눈, 코, 입 만지지 않기

붙임 6 인플루엔자 유행주의보 발령에 따른 예방수칙 준수 당부 카드뉴스

1/4

WARNING

인플루엔자 유행 주의보 발령에 따른 예방수칙 준수 당부

{ 인플루엔자 예방으로 건강한 겨울나기 }

2/4

인플루엔자 바이러스 알아보기

흔히 독감이라고 불리며, 인플루엔자 바이러스에 의한 호흡기 질환입니다.

감염 경로는 기침, 재채기 등을 통해 사람끼리 전염되며, 잠복기는 1일~4일, 평균 2일입니다.

주요 증상은 고열(38°C 이상), 다른 기침, 인후통 등 호흡기 증상과 두통, 근육통, 피로감, 식욕감, 식욕부진 등 전신증상을 보입니다.

3/4

4가지 예방수칙

1. 올바른 손씻기
흐르는 물에 비누로 30초 이상 손씻기
2. 기침 예절
옷소매로 가리고 기침하기
3. 손으로 눈, 코, 입 등을 만지지 않기
기침, 콧물, 발열 등 유행상자와 접촉 피하기
4. 예방 접종
70~90%의 예방효과(연령의 따라 효과가 차이 날 수 있음)

4/4

생활 속 건강한 겨울나기

1. 따뜻한 옷 입기
잠감, 목도리, 모자, 마스크를 착용합니다.
2. 무리한 운동보다는 가벼운 운동하기
3. 외출 전 체감온도를 확인하기
눈썹이 주물 때면 기침과 미열 증상을 지킵니다.
4. 실내 적정온도(18~20도) 유지