

A형독감

흔히 독감이라고 불리는 인플루엔자는 감염이 될 경우 일반적인 감기증상과 함께 갑작스러운 고열, 근육통, 쇠약감 등의 전신증상이 나타나는 것이 특징인 급성호흡기 질환입니다.

□인플루엔자의 특징

- 잠복기는 1~5일이며 전염기는 증상 발생 1~2일 전부터 7 일 혹은 증상 소실까지
- 38도 이상의 갑작스런 발열, 기침, 인후통, 근육통을 특징으로 한다.
- 급성호흡기 바이러스 질환



□인플루엔자 감염경로 및 증상

- 비인두 분비물이 호흡기로 들어가 감염
- 갑작스럽게 시작하는 고열, 근육통, 두통, 오한의 전신증상과 마른 기침, 인후통 등의 호흡기 증상
- 콧물, 가슴통증, 안구통증도 나타날 수 있다.
- 전신증상과 발열은 일반적으로 2~3일간 지속되다가 사라지고 호흡기 증상도 5~7일이면 대부분 호전
- 합병증: 폐렴, 기저 호흡기질환의 악화, 중이염, 부비동염

□인플루엔자 예방 행동요령

첫째, 손을 자주 씻고, 손으로 눈. 코. 입을 만지는 것을 피하십시오.

둘째, 재채기나 기침을 할 경우에는 옷소매로 가리고 하십시오.

셋째, 인플루엔자 권장 대상자는 예방접종을 받으세요

- 남성질환자(만성폐, 심장, 간, 신장질환, 면역저하, 혈액-종양질환, 신경근육질환)
- 65세 이상 노인, 50~6세 인구, 생후 6개월~59개월 소아, 임신부
- 만성질환자, 임신부, 65세 이상 노인과 거주하는 자, 6개월 미만 영아를 돌보는 자
- 의료인, 사회복지시설 생활자

넷째, 인플루엔자 의심이 있는 경우 병원에서 진료받고 충분한 휴식과 수분섭취를 하시기 바랍니다.



□ 감기와 독감의 차이

		독감(인플루엔자)	감기
원인		인플루엔자A, B바이러스	라이오바이러스 등 200여 가지
증상	시작	갑자기 발병	서서히 발병
	발열정도	고열(38도 이상)	미열(38도 이상의 고열은 드뭄)
	기침, 흉통	흔하고 심하다	약하다(목감기의 경우 간혹 심한 기침)
	콧물, 코막힘, 인후통	때때로	흔하다
	두통, 전신통, 근육통	흔하며 심한 몸살 증상	약하다
	피로감, 쇠약감	2~3주 지속	약하다
	합병증	폐렴, 기저질환 악화, 치명적	드물다. 소아에서 부비동 충혈, 귀통증
치료약	항바이러스제(타미플루, 리렌자)	치료제 없음(증상에 따른 투약)	
예방약	인플루엔자백신, 항바이러스제	없다	

□손씻기와 기침예절

올바른 손씻기를 통하여 손에서 손으로 전염되는 각종 감염병의 70% 이상을 예방할 수 있습니다.

- 기침, 재채기 할 때는 휴지나 손수건은 필수
- 기침이 계속된다면 마스크 착용
- 기침, 재채기 후 철저한 위생관리

올바른 손씻기 방법



1 거품내기



2. 각지 끼고 비비기



③ 손바닥, 손등 문지르기



④ 손가락 돌려 닦기



5 손톱으로 문지르기



6 흐르는 물로 행구기



7 종이타월로 물기 닦기



8 종이타월로 수도꼭지 잠그기