

부모를 위한 유행병 H1N1 독감 (돼지 독감) 정보: 반드시 알아야 할 사항

유행병 H1N1 독감(예전의 '돼지 독감')이란 무엇인가?

유행병 H1N1 독감은 호흡기관에 염증을 일으키는 신종 독감 바이러스를 통해 오는 것으로 전세계 곳곳에서 발발되었으며, 미국에서도 많은 환자가 입원하거나 일부 사망하는 경우들이 있었습니다.

유행병 H1N1 독감은 계절성 독감과 같은 것인가?

아닙니다. 해마다 우리 지역 사회에는 다른 종류의 독감 바이러스가 퍼짐으로써 계절성 독감을 유발합니다. 유행병 H1N1 독감은 신종 독감 바이러스가 유발하는 것으로, 2009년 봄에 미국에서 처음 발발했습니다. 유행병 H1N1와 계절성 독감은 모두 다 심각한 질병이 될 수 있습니다.

유행병 H1N1 독감은 어떻게 퍼지나?

독감 바이러스는 대개 독감이 걸린 사람이 기침이나 재채기를 할 때 튀어 나온 파편을 통해 사람 대 사람으로 전염됩니다. 그러나 귀하의 자녀는 독감 바이러스가 묻은 테이블이나 수도꼭지, 문 손잡이 등을 만지고 나서 자신의 눈이나 코, 입을 만짐으로써 독감에 걸릴 수가 있습니다.

유행병 H1N1 독감은 아이들에게 얼마나 심각한 질병인가?

대부분의 아이들은 유행병 H1N1 독감에 걸렸다가 치료 없이 낫습니다. 그러나 계절성 독감과 마찬가지로 유행병 H1N1 독감은 아이들에게 심각한 건강 문제를 유발할 수 있으며, 특히 독감으로 인한 합병증에 걸릴 위험이 높은 아이들에게 더욱 그렇습니다. 5세 미만의 아이들이나 (특히 2세 미만의 유아) 천식, 폐 질환, 심장 질환, 당뇨병, 간 질환, 신경 및 신경 근육 장애를 가진 아이들에게는 합병증의 위험이 가장 높습니다. 귀하의 자녀에게 그러한 위험성이 있으며 독감 증세를 보이면 즉시 자녀의 건강 서비스 제공자에게 연락하십시오.

유행병 H1N1 독감에 걸리면 어떤 증세를 보이는가?

유행병 H1N1 독감 중 다수는 계절성 독감 증세와 동일하며, 열, 마른 기침, 목의 통증, 코 막힘, 몸살, 두통, 피로 등이 이에 속합니다. 유행병 H1N1 독감은 설사나 구토, 또는 보다 더 심각한 합병증을 동반할 수 있으며, 일부 어린이들은 열이 나지 않을 수도 있습니다.

내 아이에게 응급 치료를 받게 해야 하는 때는 언제인가?

자녀가 아래 중 하나의 증세라도 보이면 응급 치료를 받게 해야 합니다.

- 호흡이 가쁘거나 호흡 곤란
- 푸른색이나 회색빛 피부
- 물이나 음료를 충분히 마시지 않음
- 극심하거나 반복되는 구토
- 소변이나 눈물이 안나올 때
- 깨워도 깨어나질 못하거나 반응이 없음
- 안아 주는 것을 싫어함
- 독감 증세가 나아지다가도 열과 더 심한 기침을 동반하고 다시 돌아올 때
- 가슴이나 배에 통증이나 압박감

어린이들은 유행병 H1N1 독감을 어떻게 치료받는가?

계절성 독감에 걸렸을 때처럼 액체를 많이 마시고 일이나 학업을 중단하고 충분히 쉬는 것을 권합니다. 탈수증을 막기 위해 자녀에게 맑은 액체(물, 닭 삶은 물, 스포츠 드링크, Pedialyte® 같은 전해물질 드링크를 많이 마시게 하십시오. 아이에게 아세트아미노펜(타이레놀®), 이부프로펜(모트린®, 애드빌®), 또는 내프록센(엘리브®)은 먹여도 **아스피린(아세틸살리클릭 산)은 먹이지 마십시오.** 독감이 심하게 걸린 경우라면 자녀의 건강 서비스 제공자가 항바이러스성 약을 처방해 줄 수 있습니다. 이 약으로써 증세가 완화되거나 증세가 더 빨리 없어지거나 심각한 합병증이 예방될 수 있습니다.

> 더 읽기

자녀의 나이	해야 할 것	하지 말아야 할 것
5에서 18세	하십시오: 자녀에게 열이나 몸살이 있으면 아세트아미노펜(타이레놀®), 이부프로펜(에드빌®, 모트린®), 또는 나프록센(얼리브®)을 먹이십시오. 아스피린은 들어 있지 않은 약들입니다. 감기나 독감 약은 아스피린이 들어 있지는 않은지 반드시 성분 표시를 확인하십시오.	아이에게 아스피린이나 아스피린 성분이 들어 있는(팰토-비스모® 같은) 약을 먹이지 마십시오. 이런 약은 드물지만 위험한 레이 증후군을 유발할 수 있습니다.
4세 이하	하십시오: 비처방전 약을 복용하기 전에 귀하의 의사에게 문의하십시오. (어린이타이레놀®, 어린이모트린®). 알맞은 복용량을 위해서는 아이의 의료 서비스 제공자의 지시를 정확하게 따르십시오.	아이에게 아스피린이나 아스피린 성분이 들어 있는 약을 먹이지 마십시오. 아이에게 안티히스타민이 들어 있는 기침약이나 감기약을 먹이지 마십시오.
2세 이하	하십시오: 찬 수증기가 나오는 가슴기를 사용하고 코 흡입 벌브로 코를 제거해 주십시오. 하십시오: 귀하의 유아를 돌보는 방법에 대해 자녀의 건강 서비스 제공자의 지시를 따르십시오.	아이에게 아스피린이나 아스피린 성분이 들어 있는 약을 먹이지 마십시오. 2세 이하의 아이에게는 기침약이나 감기약을 먹이지 마십시오.

유행병 H1N1 독감 예방 백신을 자녀에게 맞게 해야 하는가?

예, 백신을 맞는 것은 이 독감을 예방하는 최선의 방법입니다. 유행병 H1N1 독감 백신은 매년 권장되는 계절성 백신처럼 만들어집니다. 계절성 독감 백신처럼 유행병 H1N1 백신은 안전하며 효과적입니다. 백신을 우선적으로 접종받게 되는 대상자는 다음과 같습니다.

- 임산부
- 6개월 미만의 유아와 함께 살거나 유아를 돌보는 사람들
- 응급 의료 종사자 및 건강 서비스 종사자
- 생후 6개월부터 24세 이하 연령인 사람들
- 25세에서 64세 중 심장병이나 폐 질환, 천식, 당뇨병이나 면역 체계가 약화된 사람들

H1N1 백신은 코에 뿌리는 스프레이나 주사, 두 가지 형태로 투여됩니다. 귀하의 건강 서비스 제공자에게 문의하셔서 어떤 형태의 백신이 자녀에게 좋을지 알아 보십시오.

유행병 H1N1 독감으로부터 내 가족을 보호하려면 또 무엇을 해야 하는가?

아래와 같은 간단한 방법으로 귀하와 귀하의 가족을 독감으로부터 지킬 수 있습니다.

- 기침이나 재채기를 할 때 코와 입을 티슈나 소매로 막으십시오.
- 비누와 물로 손을 자주 씻거나 위생 젤을 사용하십시오.
- 눈이나 코, 입을 만지지 마십시오. 그리로 병원균이 퍼지기 때문입니다.
- 독감에 걸린 사람들과 접촉을 피하십시오. H1N1 독감에 걸린 사람과 가깝게 접촉했다면, 독감에 걸릴 확률을 줄이기 위해 치료가 필요한지 여부를 귀하의 건강 서비스 제공자에게 문의하십시오.
- 독감에 걸렸다면 열이 내린 뒤로부터 최소한 24시간 동안 외출하지 마십시오.

더 자세한 정보를 원하시면

질병 통제 및 예방 센터 (CDC)

(800) CDC-INFO 또는 (800) 232-4636

www.cdc.gov/h1n1flu/

캘리포니아 보건국

(888) 865-0564

www.cdph.ca.gov

로스 앤젤레스 카운티 보건국

<http://publichealth.lacounty.gov/H1N1>

건강 서비스 안내: 전화번호 2-1-1

DPH 업데이트 Listserv: Listserv@listserv.ph.lacounty.gov 로

이메일하시고 제목과 본문에 "Subscribe DPHUPDATE 성명 (first name last name)"을 적어 주십시오.

11/2/2009

