



유행성독감과계절독감: 예방을위해알아야할사항

독감은사람으로부터사람에게전파될수있는바이러스에의한질병입니다.
독감은약한질병부터심각한질병까지, 심지어사망까지일으킬수있습니다.
독감의증상중일부는발열이나열이나는느낌, 오한, 기침, 목의통증, 콧물또는코막힘, 근육이나몸의통증,
두통, 피로를포함할수있습니다.

계절 독감은 무엇입니까?

독감바이러스의여러변종(또는유형)은매년순환합니다.이것은계절독감으로알려졌습니다.미국에서독감시
즌은 10 월초에시작하여늦게는다음해 5 월까지지속할수있습니다.계절 독감에 대한 자세한
정보는 flu.maryland.gov 를 방문하여 주십시오.

유행성 독감은 무엇입니까?

때때로사람들에게거의또는전혀면역성이없는새로운변종의 독감이나타날수있습니다. 이경우,
바이러스가사람사이에쉽게확산하여세계적규모의질병(전세계적유행병)을발생할수도있습니다. 예를들어,
2009 년 H1N1 신종플루는유행성독감으로간주하였습니다. 독감유행성은드물지만,
이는노동자의높은결근율, 만원인보건의료시설,
그리고주민사이에질병과사망을포함한심각한결과를가져올수있습니다. 유행성 독감에 대한 자세한
정보는 <http://1.usa.gov/18PKWGs> 를 방문하여 주십시오.

유행성독감에대비하기위해건강및정신위생국에서는어떤일을하고있습니까?

건강 및정신위생국의준비 및대응사무소에서는전국적인유행병에대한계획을세워놓고있습니다.
이러한계획과활동은메릴랜드인플루엔자계획및유행성인플루엔자계획을포함합니다;
유행성독감에대비하는비상요원들의훈련; 지역, 주, 연방정부및민간기관과협력하여유행성독감에대한
대비, 예방 그리고, 그영향을줄이기위해종합적인접근방식을형성하기; 그리고
항바이러스약품및의료용품의비축량유지하는 일 등을 하고 있습니다.

계절독감과유행성독감으로부터자신과가족을보호하기위해어떤일을할수있을까요?

예방접종은독감에대한최선의보호책입니다. 계절독감백신은일반적으로매년 9 월또는
10 월에구할수있습니다. 생후 6 개월아이부터 노인에 이르기까지 모든 사람은가능한한
빨리연례독감백신을맞아야합니다. 유행성독감이 발생하는경우, 백신을구하지못하는 경우가
있을 수도있습니다. 가능하다면반드시예방접종을해야합니다.

독감과같은질병으로부터자신을보호하기위해기본적인개인위생조치를수행하는것이 좋습니다. 자주
20 초동안비누와물로손을씻고, 어린아이들도똑같이할수있도록돕습니다. 비누와물을사용할수없는경우,
알코올성분의손소독제를사용합니다. 기침이나재채기를할때휴지로코와입을가립니다; 그리고 휴지를
쓰레기통에 버립니다. 씻지않은손으로눈, 코, 입을만지는것을피하십시오.
자주접촉하는표면을청소하고소독하십시오. **아픈사람과키스나컵,
식기구를공유하는것등의근접접촉을피하십시오. 여러분이아픈경우,
다른사람들을질병으로부터보호하기위해집에서다른사람과의접촉을피하십시오.**

다양한비상사태에대비하는방법에대한자세한내용은 <http://preparedness.dhmm.maryland.gov> 와
www.facebook.com/MarylandOPR 을방문하여주십시오.

메릴랜드주건강및정신위생국
준비및대응사무소

300 West Preston Street, Baltimore, Maryland 21201

무료전화 1-877-4MD-DHMH - 텔레타이프라이터/메릴랜드중계서비스 1-800-735-2258

www.facebook.com/MarylandOPR • www.twitter.com/MarylandOPR • <http://preparedness.dhmm.maryland.gov>