

☒ **일반국민**

1. 흐르는 물에 비누로 손을 꼼꼼하게 씻으세요.
2. 기침이나 재채기할 때 옷소매로 입과 코를 가리세요.
3. 씻지 않은 손으로 눈·코·입을 만지지 마십시오.
4. 의료기관 방문 시 마스크를 착용하세요.
5. 사람 많은 곳에 방문을 자제하여 주세요.
6. 발열, 호흡기증상(기침이나 목아픔 등)이 있는 사람과 접촉을 피하세요.

☒ **고위험군**(임신부, 65세 이상, 만성질환자*)

* 당뇨병, 심부전, 만성호흡기 질환(천식, 만성폐쇄성질환), 신부전, 암환자 등

1. 많은 사람이 모이는 장소에 가지 마십시오.
2. 불가피하게 의료기관 방문이나 외출시에는 마스크를 착용하십시오.

☒ **유증상자**(발열이나 호흡기증상(기침이나 목아픔 등)이 나타난 사람)

1. 등교나 출근을 하지 마시고 외출을 자제해 주십시오.
2. 집에서 충분히 휴식을 취하시고 3-4일 경과를 관찰하여 주십시오.
3. 38도 이상 고열이 지속되거나 증상이 호전되지 않으면 ① 콜센터(☎1339, ☎지역번호 +120), 보건소로 문의하거나 ② 선별진료소를 우선 방문하여 진료를 받으세요.
4. 의료기관 방문시 자기 차량을 이용하고 마스크를 착용하십시오.
5. 진료 의료진에게 해외 여행력 및 호흡기 증상자와 접촉 여부를 알려주세요.

☒ **국내 코로나19 유행지역**

1. 외출 및 타지역 방문을 자제하여 주십시오.
2. 격리자는 의료인, 방역당국의 지시를 철저히 따라 주십시오.

비누로 꼼꼼하게 30초 이상

[올바른 손씻기 6단계]



**올바른 손씻기와 기침예절로
많은 감염병을 예방할 수 있습니다.**

**기침할 때 옷소매로
입과 코를 가리고!**



[올바른 기침예절]





꼭! 코로나바이러스감염증-19 예방 기억해야 할 행동수칙

국민 예방수칙



흐르는 물에 비누로
꼼꼼하게 손씻기



기침이나 재채기할 때
옷소매로 입과 코 가리기



씻지 않은 손으로
눈·코·입 만지지 않기



발열, 호흡기 증상자와의
접촉 피하기



의료기관 방문 시
마스크 착용하기



사람 많은 곳
방문 자제하기

특히 임산부, 65세 이상, 만성질환자 외출 시 꼭 준수

유증상자* 예방수칙

* 발열, 호흡기 증상(기침, 목아픔 등) 이 나타난 사람



등교나 출근을 하지 않고
외출 자제하기



3~4일 경과를 관찰하며
집에서 충분히 휴식 취하기



38°C 이상 고열이 지속되거나 증상이 심해질 경우

콜센터(☎1339, 지역번호+120),
관할보건소 문의 및
선별진료소 우선 방문 후 진료받기



의료기관 방문 시
마스크 착용 및 자차 이용하기



진료 의료진에게 해외여행력 및
호흡기 증상자와의 접촉여부 알리기



국내 코로나19 유행지역에서는

외출, 타지역 방문을 자제하고
격리자는 의료인, 방역당국의
지시 철저히 따르기

발행일 : 2020.2.27.

질병관리본부
KCDC

코로나19 올바른 마스크 착용법 “마스크 착용으로 감염병 예방할 수 있습니다”

- 1 마스크를 착용하기 전, 흐르는 물에 비누로 손을 꼼꼼하게 씻으세요
- 2 마스크로 입·코를 완전히 가려서, 얼굴과 마스크 사이에 틈이 없게 하세요
- 3 마스크 안에 수건, 휴지 등을 넣어서 착용하지 마세요
- 4 마스크를 사용하는 동안 마스크를 만지지 마세요
마스크를 만졌다면 흐르는 물에 비누로 손을 꼼꼼하게 씻으세요
- 5 마스크를 벗을 때 끈만 잡고 벗긴 후, 흐르는 물에 비누로 손을 씻으세요

접이형 제품 착용법

- 1  마스크 날개를 펼친 후 양쪽 날개 끝을 오므려주세요
- 2  고정심 부분을 위로 하여 코와 입을 완전히 가려주세요
- 3  머리끈을 귀에 걸어 위치를 고정해주세요
- 4  양 손가락으로 코편이 코에 밀착되도록 눌러주세요
- 5  공기누설을 체크하며 안면에 마스크를 밀착시켜 주세요

컵형 제품 착용법

- 1  머리끈을 아래로 늘어뜨리고 가볍게 잡아주세요
- 2  코와 턱을 감싸도록 얼굴에 맞춰주세요
- 3  한 손으로 마스크를 잡고 위 끈을 뒷머리에 고정합니다
- 4  아래 끈을 뒷머리에 고정하고 고리에 걸어 고정합니다
- 5  양 손가락으로 코편이 코에 밀착되도록 눌러주세요
- 6  공기누설을 체크하며 안면에 마스크를 밀착시켜 주세요

출처 : 식품의약품안전처 보건용 마스크 올바른 사용법



자가격리대상자 생활수칙



감염 전파 방지를 위해 격리장소 외에 외출 금지



독립된 공간에서 혼자 생활하기

- 방문은 닫은 채 창문을 열어 자주 환기 시키기
- 식사는 혼자서 하기
- 가능한 혼자만 사용할 수 있는 화장실과 세면대가 있는 공간 사용하기
(공용으로 사용 시, 사용 후 락스 등 가정용 소독제로 소독하기)



**진료 등 외출이 불가피할 경우
반드시 관할 보건소에 먼저 연락하기**



가족 또는 동거인과 대화 등 접촉하지 않기

- 불가피할 경우, 얼굴을 맞대지 않고 마스크를 쓴 채 서로 2m이상 거리 두기



개인물품(개인용 수건, 식기류, 휴대전화 등) 사용하기

- 의복 및 침구류 단독세탁
- 식기류 등 별도 분리하여 깨끗이 씻기 전 다른 사람 사용 금지



건강수칙 지키기

- 손씻기, 손소독 등 개인위생 철저히 준수
- 기침이 날 경우 반드시 마스크 착용
- 마스크가 없을 경우 옷소매로 입과 코를 가려 기침하기, 기침 후 손씻기·손소독 하기

능동감시 기간 동안 관할 보건소가 연락하여 증상 등을 확인할 예정입니다.
확진환자와 접촉 후 14일이 경과하는 날까지 자가 모니터링하여 주시기 바랍니다.

자가모니터링 방법

- ☑ 호흡기증상 등 감염 증상이 나타나는지 스스로 건강상태 확인
- ☑ 매일 아침, 저녁으로 체온 측정하기
- ☑ 보건소에서 1일 1회 이상 연락 시, 감염 증상 알려주기

코로나바이러스감염증-19 주요 증상

- ☑ 발열(37.5°C 이상)
- ☑ 호흡기증상(기침, 인후통 등)
- ☑ 폐렴



자가격리대상자 가족·동거인 생활수칙



최대한 자가격리대상자와 접촉하지 않기

- 특히 노인, 임산부, 소아, 만성질환, 암 등 면역력이 저하된 분은 접촉 금지! • 외부인 방문 제한



불가피하게 자가격리대상자와 접촉할 경우 마스크를 쓰고 서로 2m 이상 거리 두기



자가격리대상자와 독립된 공간에서 생활하고, 공용으로 사용하는 공간은 자주 환기 시키기



물과 비누 또는 손세정제를 이용하여 손을 자주 씻기



자가격리대상자와 생활용품(식기, 물컵, 수건, 침구 등) 구분하여 사용하기

- 자가격리대상자의 의복 및 침구류 단독세탁
- 자가격리대상자의 식기류 등은 별도로 분리하여 깨끗이 씻기 전 다른사람 사용 금지



테이블 위, 문 손잡이, 욕실기구, 키보드, 침대 옆 테이블 등 손길이 많이 닿는 곳의 표면 자주 닦기



자가격리대상자의 건강상태 주의 깊게 관찰하기

코로나바이러스감염증-19 주요 증상

- ✓ 발열(37.5°C 이상) ✓ 호흡기증상(기침, 인후통 등) ✓ 폐렴

□ 아래 환자는 보건소로 즉시 신고

< 신고 대상 >

- (확진) 임상양상에 관계없이 진단을 위한 검사기준에 따라 감염병 병원체 감염이 확인된 자
- (의사) 최근 14일 이내에 **확진환자와 접촉한 자** +
- (조사) 최근 14일 이내에 중국(홍콩, 마카오 포함) 등 코로나 19 지역 전파가 있는 국가 방문 +
- (조사) 최근 14일 이내에 ‘국내 집단발생’ 과 역학적 연관성 +
- (조사) 의사의 소견에 따라 원인미상폐렴 등 코로나19가 의심되는 자

발열(37.5℃이상) 또는
호흡기증상(기침, 호흡곤란 등)이
나타난 자

* 바이러스 특성이 밝혀지는 대로 업데이트 예정

정 의	SARS-CoV-2 감염에 의한 호흡기 증후군
질병분류	- 법정감염병 : 제1급감염병 신종감염병증후군 - 질병 코드 : U07.1
병원체	SARS-CoV-2 : Coronaviridae에 속하는 RNA 바이러스
전파경로	- 현재까지는 비말(침방울), 접촉을 통한 전파로 알려짐 - 기침이나 재채기를 할 때 생긴 비말(침방울)을 통한 전파 등 - 코로나19 바이러스에 오염된 물건을 만진 뒤 눈, 코, 입을 만짐
잠복기	1~14일 (평균 4~7일)
진단기준	- 환자 : 진단을 위한 검사기준에 따라 감염병병원체 감염이 확인된 사람 - 진단을 위한 검사기준 - 검체에서 바이러스 분리 - 검체에서 특이 유전자 검출
증상	- 발열, 권태감, 기침, 호흡곤란 및 폐렴 등 경증에서 중증까지 다양한 호흡기감염증이 나타남 - 그 외 가래, 인후통, 두통, 객혈과 오심, 설사도 나타남
치료	- 대증 치료 : 수액 보충, 해열제 등 보존적 치료 - 특이적인 항바이러스제 없음
치명률	- 치명률은 1~2%로 알려져 있으나 아직 확실하지 않음 - 단, 고령, 면역기능이 저하된 환자, 기저질환을 가진 환자가 주로 중증, 사망 초래
관리	<환자 관리> - 표준주의, 비말주의, 접촉주의 준수 - 증상이 있는 동안 가급적 집에서 휴식을 취하고 다른 사람과 접촉을 피하도록 권고 <접촉자 관리> - 감염증상 발생 여부 관찰
예방	- 백신 없음 - 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 준수 - 기침할 때는 휴지나 옷소매 위쪽으로 입과 코를 가리고 하기 - 호흡기 증상이 있는 경우 마스크 착용 - 씻지 않은 손으로 눈, 코, 입 만지지 않기