

노로바이러스

1. 원인

- 감염자가 접촉한 물건에 의한 감염
- 감염자의 대변에 오염된 물이나 음식 등을 섭취하면서 경구를 통해 감염
- 환자의 구토물에 의한 비말감염이 가능
- 노로바이러스는 적은 바이러스의 양으로도 감염이 가능
- 노로바이러스는 높은 저항성을 가지고 있어, 영하의 온도, 60°C까지의 가열, 염소 혹은 알코올 소독에도 살아있음

2. 증상

- 평균 12~48시간의 잠복기를 거친 뒤 오심, 구토, 설사의 증상이 발생
- 두통, 발열, 오한 및 근육통과 같은 전반적인 신체증상이 동반
- 물처럼 묽은 설사가 하루에 4~8회 정도 발생



구 토



설 사



발 열



복 통



오 한

3. 치료

- 수분과 전해질 보충 등의 대증 치료가 필요
- 스포츠 음료나 이온 음료로 부족해진 수분을 채울 수 있음
* 탄산 음료와 과일 주스는 피해야 함
- 65세 이상 고령자는 증세가 쉽게 나타날 수 있으므로 수액 치료가 요구될 수 있음

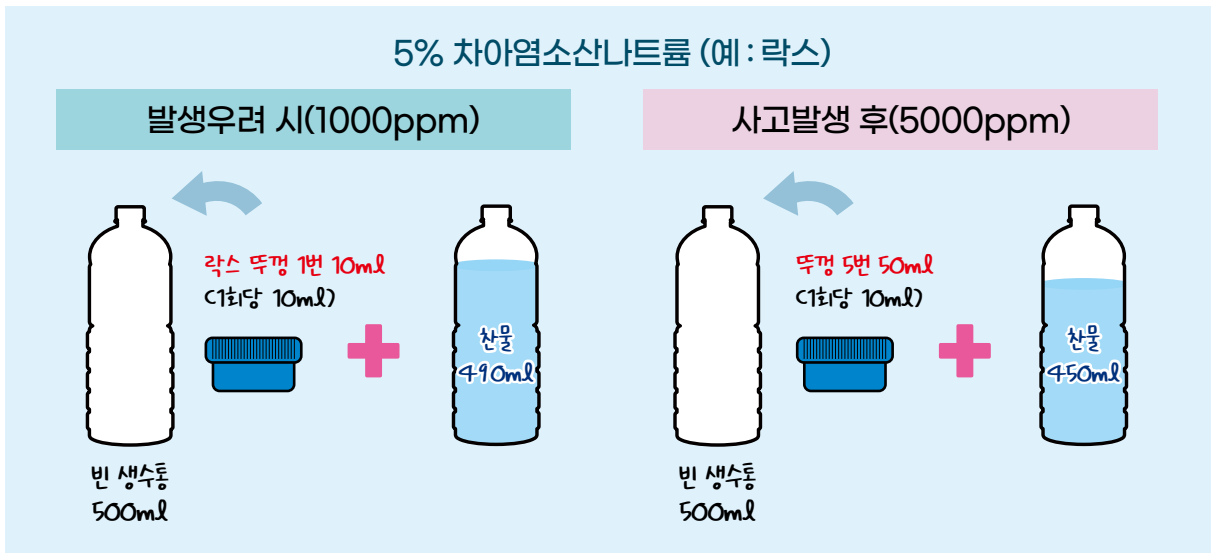
4. 예방

- 올바른 손씻기의 생활화
 - 흐르는 물에 비누 또는 세정제 등을 사용하여 30초 이상 손씻기
- 안전한 음식섭취
 - 음식은 충분한 온도에서 조리하여 익혀먹기
 - 끓인 물 마시기
- 안전한 음식 조리 하기
 - 과일이나 채소는 염소가 포함된 물로 깨끗이 세척하기, 어패류는 조리하기

5. 오염된 표면 청소 및 소독

- 소독액 만들기(1,000ppm)

1. 깨끗한 빈 생수통(500ml)를 준비한다.
2. 생수통에 가정용 락스를 수저 1스푼(10ml) 넣는다.
3. 나머지는 냉수로 채운 후 잘 섞는다.



- 주의사항

- 꼭 찬물에 희석하기(뜨거운물에 희석하면 수증기를 통해 독소를 흡입하기 쉬움)
- 환기가 잘 되는 곳에서 하기(밀폐된 공간 금지)
- 용기에 이름표 꼭 붙이기(희석일시, 희석농도, 소독제명, 유효일시)
- 만든 후 24시간 내에 사용(24시간이 지나면 소독 효과가 떨어짐)

- 구토물 청소

- 일회용 장갑, 마스크, 앞치마 착용
- 소독액을 적신 종이타월로 5분정도 덮은 후 닦기
- 닦은 종이타월을 바로 비닐봉투에 넣고 소독액 붓기
- 구토물이 묻은 바닥도 소독액으로 닦기
- 사용한 장갑, 마스크, 앞치마 비닐봉투에 넣고 소독액 붓기
- 비누로 30초이상 손씻기

* 문 손잡이 및 화장실과 같이 자주 닿는 표면의 경우 하루 1회 이상 소독

* 접촉이 빈번한 곳은 더 자주 소독



01

빈대

▶ 빈대의 생김새

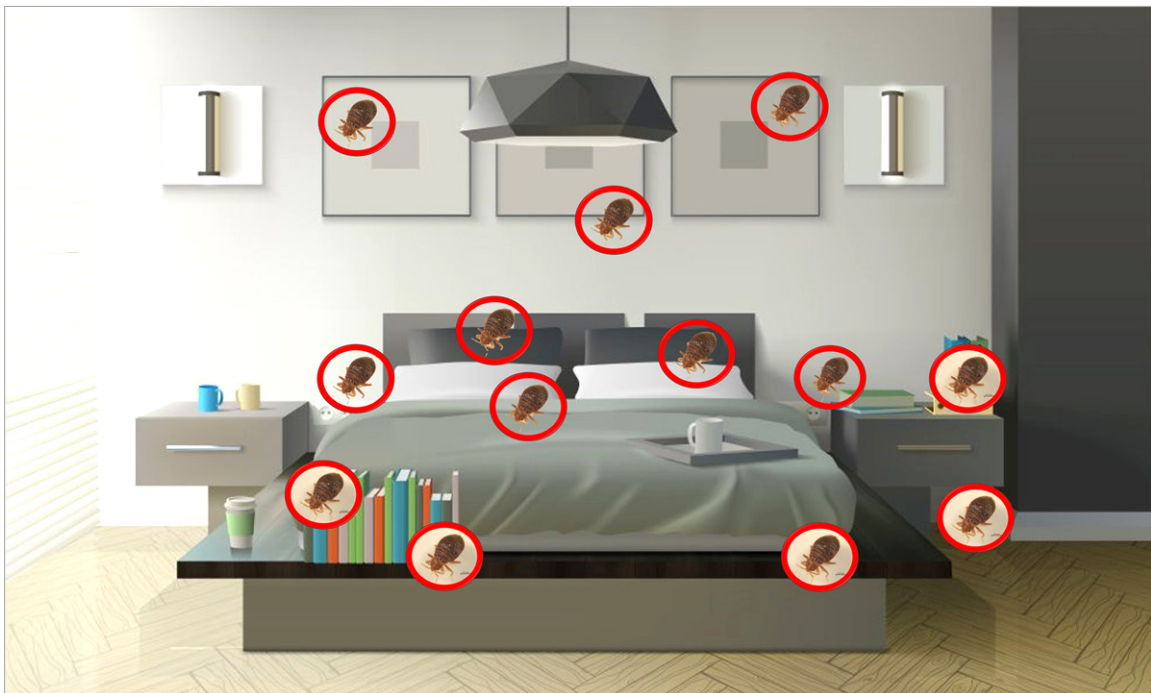
- 성충은 5~6mm, 사과 씨처럼 납작하게 눌린 타원형, 진한 갈색이 특징



출처 : 질병관리청

▶ 서식 및 활동

- 주간에는 가구나 침실 벽의 틈 혹은 벽지 틈에 숨어있음
- 야간에 흡혈활동을 함(1주일에 1~2회 흡혈)
- 저녁보다는 이른 새벽에 더 활발히 활동함



출처 : 질병관리청

- 침대 주변 : 침대헤드, 이불 이음새, 침대 스프링 및 프레임 틈새 등
- 주변 가구 : 협탁(탁자), 소파 틈새 등
- 기타 서식 장소 : 갈라진 벽면, 콘센트 주위, 벽에 걸린 액자 뒷면, 커튼 사이, 카펫 등

▶ 빈대 확인방법

- 주간 : 물린 자국으로 빈대유후 확인(2~3곳은 연달아 물어 일렬이나 원형의 자국이 생김)
- 야간 : 캄캄한 방에 조용히 들어가 갑자기 손전등을 비추면 숨기 위해 움직이는 빈대를 발견할 수 있음

▶ 빈대 방제방법

- 물리적 방제

- 스팀 고열을 이용하여 가구 틈이나 벽 틈에 분사하여 방제
 - * 스팀기가 없을 경우 드라이기를 사용해도 효과가 있음
- 청소기를 이용하여 침대, 소파 등에 있는 알, 약충, 성충을 포집하여 제거
 - * 청소기 사용 후 내용물을 비닐봉지에 잘 밀봉하여 버림
- 오염 직물은 50~60℃ 건조기에 약 30분 이상 처리하여 방제

- 화학적 방제

- 빈대용으로 환경부의 승인을 받은 살충제를 사용
- 빈대가 서식하는 가구 틈이나 벽 틈에 분사
 - * 가열연막·연무, 훈연 등은 효과가 적어 빈대가 이동 할 수 있기에 사용금지
- 피부에 직접 닿을 수 있는 의류, 침대, 이불 등은 사용금지

▶ 빈대 예방방법

- 빈대가 있을 것으로 생각되는 물품을 함부로 반입 금지
- 중고 가구 등을 들일 때 빈대의 흔적을 주의 깊게 확인

▶ 빈대와 유사한 곤충

다듬이벌레		인삼벌레	
독일바퀴		톱가슴머리대장	
벼룩		머릿니	

출처 : 질병관리청