시설별 인플루엔자 관리 지침

- 사업장용 -

2023. 11.

질병관리청 고용노동부

contents

1 인플루엔자 개요 ····· 3

2 시설에서의 인플루엔자 예방 및 관리 ····· 12

3 질의응답(Q&A) ····· 13

참 고

1. 인플루엔자 안내문(일반인용) 예시 ····· 18

2. 인플루엔자 유행주의보 발령 안내 포스터 ····· 19

3. 올바른 손씻기 포스터 ····· 20

4. 기침예절 포스터 ····· 21

5. 인플루엔자 예방접종 안내 포스터 ····· 22

시작 전에

◎ 본 지침은 각 사업장에서 인플루엔자바이러스의 시설 내 유입 및 유행 시 확산을 방지하기 위하여 마련되었으며, 이를 활용하여 인플루엔자 예방 수칙 및 발생 시의 대응방법을 습득함으로써 사업장의 피해를 최소화하고자 합니다.

◎ 본 지침은 권고 사항이며 해당 사업장에서 시설 특성에 맞게 효율적으로 대처할 수 있는 내용을 추가 및 보완하여 활용 가능하며, 본 지침 외의 상세한 내용은 「2023-2024절기 인플루엔자 관리지침」을 참고하시기 바랍니다. * 본 지침은 일반 사업장용이며 의료기관용은 아님

☞ 다운로드 위치: 질병관리청 홈페이지(www.kdca.go.kr) > 알림·자료 > 지침

1 인플루엔자 개요

가 유행 시기

○ 우리나라를 포함한 북반구에서는 주로 11월부터 4월 사이에 유행

○ 코로나19 대유행 기간('20~'22년)에는 인플루엔자가 유행이 없었으나, 올해('23년)는 비유행기간인 여름철에도 유행이 지속되는 연중 유행양상을 보임

나 병원체 특성

1) 인플루엔자바이러스는 A형, B형, C형, D형의 4가지로 분류

○ A형과 B형이 사람에게 호흡기 감염을 유발

2) 항원변이를 통하여 계속적인 인플루엔자의 유행이 초래됨

다 임상 양상

1) 잠복기: 1~4일 (평균 2일)

2) 임상 증상

○ 전신 증상 및 호흡기 증상이 갑자기 시작됨

– 발열(고열), 두통, 근육통, 피로감 등의 전신증상

* 열은 급격히 상승하여 발병 후 1~3일 이내 38~40℃ 또는 그 이상에 도달, 이후 다른 증상과 함께 회복하며 1주일 정도 내에 대개 평상 체온으로 복귀

– 인후통, 콧물, 코막힘, 기침 등의 호흡기 증상

○ 흉통, 안구통, 복통, 경련 등의 증상이 동반되기도 함

3) 전파 경로

○ 주로 환자가 말하거나, 기침 또는 재채기를 할 때 나오는 비말(침방울)에 의해 전파

○ 바이러스에 오염된 물건(책상, 문손잡이, 스위치 등)을 만진 후 또는 분비물로

오염된 손과 표면을 통해서도 전파 가능

○ 동물에서 사람으로 전파는 흔하지 않으나 감염된 동물의 분비물에 직접 접촉하거나 간접적으로 사람이 접촉하였을 경우 감염 가능

4) 합병증

○ 65세 이상의 노인, 당뇨병, 심질환, 폐질환, 콩팥기능 이상과 같은 만성질환이 있는 환자들에게 흔히 발생

○ 가장 흔한 합병증은 폐렴이며, 노년층이나 만성질환자 등에서 발생 시 기저질환이 악화되거나 합병증으로 사망도 가능

- 인플루엔자바이러스 감염에 의해 원발바이러스 폐렴, 속발 세균 폐렴, 기관지염, 국소적인 바이러스 폐렴 등이 발생할 수 있음

○ 폐의 합병증 외 중이염, 기흉, 기종격동, 근육염(횡문근 융해증), 심장합병증(심근염, 심낭염), 중추신경계 합병증(뇌염, 뇌증, 횡단성 수염), 라이증후군 등이 발생할 수 있음

라 진단검사

1) 확진 검사법

○ 유전자 검출검사: 인플루엔자 진단 시 민감도가 매우 높은 검사법이나, 실험실 내에서 검체 간 교차 오염을 주의하여야 함

2) 그 외 검사법

○ 배양 검사

- 인플루엔자바이러스 배양 및 분리를 위해 동물세포 또는 수정란이 이용되고 있으며, 배양을 통한 바이러스 확보 후 백신 유사성 및 치료제 내성 등의 특성분석 시 유용

○ 항체검출 검사

- 인플루엔자의 혈청역학적 연구, 백신의 면역원성 연구에 유용

○ 신속 항원(RAT, Rapid Antigen Test) 검사

- 인플루엔자바이러스 항원을 검출하는 방법으로 바이러스의 존재여부는 확인할 수 있으나 바이러스 항원 특성 규명은 안됨

- 최근 새로운 진단 시약들이 개발되어 신속하고 편리하게 활용되고 있으며, 배양 또는 유전자 검출검사에 비하여 민감도가 낮으나, 진료실에서 환자로부터 검체를 채취하여 30분 이내에 진단함으로써 항바이러스제 투여 여부를 신속히 결정 가능

* RAT 음성일 경우 인플루엔자 감염을 완전히 배제할 수 없으므로 필요시 유전자검출검사 필요

마 치료

1) 대증치료

○ 인플루엔자는 다른 바이러스 질환과 같은 대증치료가 주된 치료법이며, 주로 호흡기 증상과 전신증상에 대한 대증치료를 실시하고 합병증 발생 여부에 따라 추가적인 관리와 치료를 하게 됨

○ 안정을 취하면서 충분한 수분을 섭취하고 해열진통제, 진해거담제 등의 복용으로 증상을 경감시킴

○ 중이염, 폐렴과 같은 합병증이나 2차 감염 발생 시 항생제 투여, 합병증이 없는 인플루엔자의 경우 항생제 치료는 효과가 없음

○ 증상이 아주 심한 경우나 심각한 합병증이 우려되는 경우에 항바이러스 제제를 사용할 수 있으며, 부작용도 있으므로 투여 후 관찰이 필요함

2) 항바이러스제 치료: 오셀타미비르(Oseltamivir), 자나미비르(Zanamivir), 페라미비르(Peramivir), 발록사비르(Baloxavir)

- 인플루엔자 A형 및 B형 바이러스 감염증 치료에 주로 사용, 증상 발현 48시간 이내에 투약 시 효과가 있음

* 임상 의사의 소견에 따라 적절한 항바이러스제를 처방받아 치료 필요. 단, 항바이러스제 복용 후 신경정신계 이상반응(예) 경련, 섬망 등)을 보이는 일부 사례가 있어 보호자의 주의 관찰 필요

[항바이러스제(오셀타미비르/자나미비르) 건강보험 요양급여 기준 대상자]

○ 인플루엔자 감염이 확인된 환자(신속항원검사 또는 중합효소연쇄반응법으로 인플루엔자 양성이 확인된 경우)

○ 고위험군(유행주의보 발령시)

- 만 9세 이하 또는 만 7세 이상 12세 이하 소아
- 임신 또는 출산 2주 이내 산모
- 만 65세 이상
- 면역저하자
- 대사장애, 심장질환, 폐질환, 신장기능장애, 혈액질환, 신경계질환 등 기저질환자

바 예방

1) 유행 전 예방접종 시행

< 주요 접종 대상 >

❖ **인플루엔자바이러스 감염 시 합병증 발생이 높은 대상자(고위험군)**

- ▲ 임신부, ▲ 만성폐질환자, 만성심장질환자(단순 고혈압 제외), ▲ 만성 간질환자, 만성 신질환자, 신경·근육 질환, 혈액·종양 질환, 당뇨환자, 면역저하자(면역억제제 복용자), ▲ 65세 이상 노인

❖ **고위험군에게 인플루엔자를 전파시킬 위험이 있는 직종 근로자**

- 만성질환자, 65세 이상 노인, 6개월 미만의 영아 돌봄 종사 근로자
- 의료기관 종사자

※ 코로나19 대응과 관련한 종사자, 사스 및 조류인플루엔자 대응 정책에 따른 대응기관 종사자는 백신 우선접종 권장

< 2023-2024절기 인플루엔자 국가예방접종 사업 >

접종 대상		접종 기간
생후 6개월 ~ 13세 어린이 (2010.1.1~2023.8.31 출생)	• 2회 접종 대상자*	2023년 9월 20일 ~ 2024년 4월 30일
	• 1회 접종 대상자	2023년 10월 5일 ~ 2024년 4월 30일
임신부		2023년 10월 5일 ~ 2024년 4월 30일
65세 이상 어르신	• **75세 이상** (1948.12.31. 이전 출생)	2023년 10월 11일 ~ 2024년 4월 30일
	• **70~74세** (1949.1.1.~1953.12.31.출생)	2023년 10월 16일 ~ 2024년 4월 30일
	• **65~69세** (1954.1.1.~1958.12.31. 출생)	2023년 10월 19일 ~ 2024년 4월 30일

* 생후 6개월~9세미만 어린이 중 인플루엔자 예방접종을 처음 받는 경우 또는 2023년 6월 30일까지 인플루엔자 백신을 총 1회만 접종한 경우(1차 접종 4주 후 2차 접종 실시)

* 접종기관 등 자세한 사항은 예방접종도우미 누리집(http://nip.kdca.go.kr)에서 확인 가능

「예방접종의 실시기준 및 방법」(질병관리청 고시 제2023-5호)

● 우선접종 권고대상

• 다음의 대상자에게 매년 인플루엔자 유행 시기 이전에 예방접종을 받을 것을 권장한다.

1) 인플루엔자 바이러스 감염 시 합병증 발생이 높은 대상자(고위험군)

- 65세 이상 노인
- 생후 6개월～59개월 소아
- 임신부
- 만성폐질환자, 만성심장질환자(단순 고혈압 제외)
- 만성질환으로 사회복지시설 등 집단 시설에서 치료, 요양, 수용 중인 사람
- 만성 간 질환자, 만성 신 질환자, 신경-근육 질환, 혈액-종양 질환, 당뇨환자, 면역저하자(면역억제제 복용자), 60개월 ~ 18세의 아스피린 복용자
- 50세～64세 성인

* 50～64세 성인은 인플루엔자 합병증 발생의 고위험 만성질환을 갖고 있는 경우가 많으나 예방접종률이 낮아 포함된 대상으로 65세 이상 노인과 구분

2) 고위험군에게 인플루엔자를 전파시킬 위험이 있는 대상자

- 의료기관 종사자
- 6개월 미만의 영아를 돌보는 자
- 만성질환자, 임신부, 65세 이상 노인 등과 함께 거주하는 자

3) 집단생활로 인한 인플루엔자 유행 방지를 위해 접종이 권장되는 대상자

- 생후 60개월～18세 소아 청소년

● 표준접종시기

• 매년 1회 접종을 원칙으로 한다.

• 단, 과거 접종력이 없거나, 첫 해에 1회만 접종받은 6개월 이상 9세미만의 소아에게는 1개월 간격으로 2회 접종하고, 이후 매년 1회 접종한다.

✱ 예방접종 금기 및 주의사항 『예방접종 후 이상반응 관리지침』(2022.7월 개정) 에 따름

■ **인플루엔자 불활성화 백신**

	금기사항	주의사항
인플루엔자 (불활성화)	• 생후 6개월 미만 영아 • 과거 인플루엔자 백신 접종 후 중증(생명에 위협적인) 알레르기 반응이 있었던 경우 • 인플루엔자 백신 성분에 중증 알레르기 반응이 있었던 경우	• 인플루엔자 백신 접종 후 6주 이내에 길랭-바레 증후군의 과거력이 있는 사람 • 중등증 또는 중증 급성 질환자는 증상이 호전될 때까지 접종 연기 • 계란 알레르기(불활성화 백신만 해당) – 계란에 대해 두드러기만 있는 경우 인플루엔자 불활성화 백신으로 접종 가능

■ **인플루엔자 예방접종 후 이상반응 증상 및 주의사항**

- 인플루엔자 불활성화 백신 접종 시 가장 흔한 이상반응은 국소반응으로 백신 접종자의 15~20%에서 접종부위에 발적과 통증이 나타나며 대부분 1~2일 내에 사라짐
- 비특이적인 전신반응으로 발열, 무력감, 근육통, 두통 등의 증상이 1% 미만에서 나타날 수 있으며 보통 백신 접종 후 6~12시간 이내에 발생하여 1~2일 간 지속되고 첫 백신 접종자에게서 나타날 가능성이 높음
- 드물게 백신 접종 후 심한 과민반응이 나타날 수 있음. 과민반응은 두드러기부터 혈관부종 및 아나필락시스 반응까지 다양함. 계란에 대해 두드러기만 있는 사람은 불활성화 백신을 접종받을 수 있음. 두드러기 이외 혈관부종, 호흡 압박, 어지러움 또는 반복적인 구토와 같은 증상을 포함한 계란에 대한 증상을 경험하였거나 또는 에피네프린 투여 또는 기타 응급 내과 처치를 받았던 사람도 불활성화 백신을 접종받을 수 있음. 이 경우 백신 접종은 의료기관에서 중증 알레르기 반응을 진단하고 치료할 수 있는 의료인의 지도하에 이루어져야 함.
- 계란에 심한 아나필락시스 반응을 보이는 사람은 접종을 금지하고, 계란 알레르기가 있는 환자는 의사와 상담 후 접종 여부를 결정해야 함
- 길랭-바레 증후군의 경우 1976년에 사용되었던 돼지인플루엔자 백신과 달리 1977년 이후의 백신에서는 접종 후 길랭-바레 증후군의 발생 빈도가 높지 않았으나, 접종 후 6주 내에 길랭-바레 증후군을 보였다면 접종을 하지 않는 것이 바람직함

2) 개인 위생 수칙

가) 기침예절

○ 기침할 때는 휴지나 옷소매 위쪽으로 입과 코를 가리고 하기

○ 기침 후 올바른 손씻기 실천

○ 호흡기 증상이 있을 시 마스크 착용

나) 올바른 손씻기

○ 흐르는 물에 비누로 30초 이상 손씻기

○ 손 씻기를 권장하되 비누와 물을 사용할 수 없을 때 손 소독제 사용

- 알코올 60% 이상 포함된 손 소독제를 사용하여 20초 이상 비벼서 말리기

* 손이 너무 더럽거나 기름기가 많을 때 효과가 없으며, 살충제 및 중금속 등 유해 화학물질은 제거하지 못함

○ 코를 풀거나 기침, 재채기 후에 실시

○ 출근해서 근무 시작 전, 화장실 이용 후, 식사 준비 전, 투약 준비 전, 어르신 돌봄(상처 소독, 객담 흡인, 기저귀교체) 시 전·후에 손씻기를 반드시 실시

다) 씻지 않은 손으로 코, 눈, 입 등을 만지지 않기

라) 기침, 콧물 등 호흡기 증상자와 접촉 피하기

3) 환경 관리

가) 자주 만지는 표면과 물건 소독

○ 일상적인 청소(또는 세척) 및 소독에 대해서는 일반적 절차를 준수하나

- 인플루엔자 유행 시기에는 책상, 계단 난간, 문손잡이, 컴퓨터 키보드, 수도꼭지 손잡이, 전화기와 같이 자주 접촉하는 표면이나 물건을 소독액을 충분히 적신 수건이나 소독용 티슈 등으로 닦아 소독하는 등 매일 위생적으로 청소

○ 화장실, 욕실과 같이 특정 영역의 소독에 대해서도 일반적 절차 준수

○ 눈에 띄게 더러워진 표면이나 물건은 즉시 청소(또는 세척)

○ 마스크, 일회용 방수 장갑 등 반드시 착용하고 청소나 소독 실시

○ 표면이나 물건이 체액이나 혈액으로 더러워지면 일회용 장갑 등을 사용하여 신체와 접촉하지 않도록 하면서 청소(또는 세척) 시행

- 체액이나 혈액을 제거한 다음 표면을 소독

○ 청소·소독 후에는 반드시 올바른 손씻기 또는 손위생을 준수

나) 일상적인 청소(세척) 소독

○ 인플루엔자바이러스는 표준 세척 및 소독 방법만으로도 이를 제거할 수 있음

- 인플루엔자바이러스는 표면에 오염된 후 2~8시간 정도 생존하며 이 시기

에만 잠재적으로 사람을 감염시킬 수 있음. 따라서 인플루엔자 확산 방지의 목적으로 청소나 소독 시에 폐쇄를 할 필요는 없음

○ 벽과 천장을 닦아내거나 실내 공기 방취제 사용·훈증 등의 특수한 세척이나 소독 과정은 일반적으로 권장하지 않음

* 이러한 특수 세척이나 소독은 사람의 눈·코·목과 피부를 자극할 수 있으며, 천식 악화 등의 심각한 부작용 가능성이 있음

다) 올바른 청소와 소독

○ (1단계) 일반 가정용 청소 비누 또는 세제와 물로 청소

- 표면이나 물건에서 먼지와 체액을 제거
- 소독 전에 표면이 깨끗해야 함 (눈에 보이는 오염물질 등 제거)
- 일반 가정용 세제를 사용

○ (2단계) 표면이나 물건의 소독

- 소독 후 인플루엔자바이러스가 제거됨

○ 세제 및 소독제 등으로 청소할 때는 기본적으로 제품 설명서를 준수

○ 환경부나 식품의약품안전처의 승인 또는 허가를 받은 소독제를 사용하며, 사용 전 제품 설명서 및 유효성분 등을 확인 필요

○ 위와 같은 소독제를 구할 수 없는 경우에는 염소 소독제(예, 차아염소산나트륨)를 사용하는 것도 가능(단, 해당제품 취급에 대한 주의사항 등에 따라 준비 필요)

※ 염소 소독제를 이용한 소독 용액은 다음과 같이 만들어 사용 가능(원액 5% 경우)
(예 : 1,000ppm 농도 소독용액 1L를 만드는 경우)
- 염소 소독제 20ml + 물 980ml (농도 1,000ppm 기준)
- 용액을 헝겊에 묻혀 표면을 닦는다.
- 3~5분 동안 기다린다
- 깨끗한 물로 표면을 헹군다

○ 전화기나 컴퓨터 등과 같이 자주 만지는 전자 제품에는 소독용 티슈 등을 사용하여 청소

* 소독용 티슈는 식품의약품안전처의 감염병 예방용 살균제로 허가된 제품을 사용

- 소독용 티슈 사용 시에는 설명서 및 사용 방법을 준수
- 전자 제품이 세척 및 소독을 위해 액체 사용을 견딜 수 있는지 확인

○ 공용식기는 평소와 같은 방법으로 식기 세척기 또는 주방세제와 물로 설거지

○ 사업장에서 사용하는 침구류, 수건 등은 각 원단의 세탁 방법에 따라 가정용 세탁비누로 세탁

○ 더러워진 접시 등 공용식기와 세탁물을 다룬 후 마지막에 비누를 이용하여 손씻기

* 아픈 사람이 사용하는 식기 및 린넨은 별도로 취급할 필요는 없으나, 철저히 세척하도록 권고

라) 올바른 세제 및 소독제 사용

○ 세제 및 소독제 등 청소용품 사용 전에 청소 담당자는 제품 설명서 및 사용방법을 숙지하여 안전하게 사용하는 방법을 익히고 표기된 위험 경고 등을 준수하여 청소를 시행

- 별도의 안내가 없는 한, 세제와 소독약을 섞는 등의 사용 방법은 위험할 수 있음

* 예시) 염소 소독제 및 암모니아 세제를 동시 사용하는 경우 부상을 입을 수 있으며 심한 경우 사망 가능

○ 청소 시 일회용 방수 장갑, 눈 보호 장치, 방수용 앞치마 등을 착용

마) 폐기물 처리

○ 폐기물 처리는 관련 법률 및 지침에 따라 표준절차를 준수

* 관련 법률: 「폐기물관리법」 제13조, 동법 시행령 제7조, 동법 시행규칙 제17조

○ 사용하기 쉬운 곳에서 휴지통 뚜껑을 손으로 열지 않고 발을 이용하는 휴지통을 배치

○ 청소할 때 쓰는 일회용품은 사용 직후에 쓰레기통에 폐기

○ 쓰레기통을 비울 때 사용한 휴지 및 기타 쓰레기에 손 등 신체 접촉하지 않으며, 접촉한 경우 반드시 비누를 이용하여 손씻기 시행

2 시설에서의 인플루엔자 예방 및 관리

가 인플루엔자 예방 활동

○ 인플루엔자 관리 지침을 참고하여 사업장 상황에 적합한 관리지침 마련

– 인플루엔자 의심증상 발생 시 행동수칙 등 포함

○ 사업장내 직원 및 관계자 대상 인플루엔자 예방수칙 교육·홍보

– 직원 및 관계자 인플루엔자 예방접종 권고

– 손씻기, 기침예절, 인플루엔자 예방 홍보 포스터 부착 등 사업장 온·오프라인 게시판을 활용하여 인플루엔자 발생 정보 및 예방수칙 안내

○ 발열·호흡기 증상자 모니터링 및 증상발생 시 대응 수칙 안내

나 발열 및 호흡기 증상이 있는 직원 발생 시

○ 인플루엔자 의심증상 발생 시 출근 전에 유선으로 증상 발생을 알리도록 사전 교육·홍보

다 코로나19, 인플루엔자 유행 상황에서 인플루엔자에 감염된 직원 발생 시

○ 인플루엔자 진단을 받은 직원은 발열증상이 있는 기간 동안 출근하지 않도록 권고

* 예) 열이 떨어지고 난 뒤 24시간 경과 관찰 후 출근

3 Q&A

Q1 인플루엔자는 어떤 질병인가요?

인플루엔자는 흔히 독감이라고도 불리며, 인플루엔자바이러스에 의한 감염성 호흡기질환입니다. 인플루엔자의 임상 증상은 경증에서 중증까지 나타날 수 있으며, 심한 경우 입원이 필요하거나 사망에까지 이를 수 있습니다. 특히, 만 65세 이상 어르신, 어린이, 임신부, 폐질환/심장질환 환자, 특정 만성질환 환자, 면역저하자 등은 폐렴 등 합병증이 발생하거나 입원할 위험이 높습니다.

Q2 인플루엔자는 어떻게 감염되나요?

인플루엔자는 기침, 재채기 등을 통해 사람끼리 전염됩니다.
기침/재채기에 의해 다른 사람이나 물체에 묻은 비말을 만진 손을 씻지 않고 눈, 입 또는 코를 만질 경우에도 인플루엔자바이러스에 감염될 수 있습니다.

Q3 인플루엔자 환자가 다른 사람에게 전파시킬 수 있는 기간은 어느 정도인가요?

인플루엔자 환자의 나이나 상태에 따라 바이러스 전파 기간의 차이가 날 수 있습니다. 성인의 경우 대개 증상이 생기기 하루 전부터 증상이 생긴 후 약 5~7일까지 감염력이 있으나 소아의 경우에는 증상 발생 후 10일 이상 감염력이 있는 경우도 있습니다.

Q4 인플루엔자에 감염되면 의심증상은 무엇인가요?

인플루엔자바이러스에 감염되면 1~4일(평균 2일) 후에 증상이 나타납니다.
인플루엔자는 38도 이상 발열, 두통, 근육통, 콧물, 인후통, 기침 등의 증상이 나타납니다. 소아는 오심, 구토, 설사 등이 나타나기도 합니다.
발열과 같은 전신 증상은 일반적으로 3~4일간 지속되지만, 기침과 인후통 등은 해열된 후에도 며칠간 더 지속될 수 있습니다.

Q5 인플루엔자는 어떻게 예방할 수 있나요?

인플루엔자를 예방하기 위해서는 인플루엔자 예방접종을 받는 것을 적극 권장합니다. 또한, 호흡기감염병 증상자와 접촉을 피하고, 올바른 손씻기와 손으로 눈, 코 또는 입을 만지지 않기 등 개인위생수칙을 준수해야 합니다. 인플루엔자가 유행하는 시기에는 사람이 많은 곳은 가지 않는 것이 좋습니다.

Q6 건강보험이 적용되는 인플루엔자는 치료제가 있나요?

인플루엔자 환자 및 유행주의보 발령시에 건강보험이 적용되는 항바이러스제 종류로는 오셀타미비르, 자나미비르가 있으며, 의사의 처방에 따라 복용하시면 됩니다.

Q7 인플루엔자로 진단받은 경우 출근을 할 수 있나요?

인플루엔자로 진단받은 경우는 감염력이 소실될 때까지 출근 등을 하지 않고 가급적 집에서 휴식을 취해야 합니다. 집에서 휴식을 취하는 동안 가정 내의 65세 이상 고령자 등 고위험군과의 접촉은 피해야 하며, 병원 방문 등의 꼭 필요한 경우 외는 외출을 삼가야 합니다.
다시 출근을 하기 위해서는 해열제 복용없이 해열이 된 후 최소 24시간 이상 경과를 관찰해야 합니다.

Q8 인플루엔자로 항바이러스제를 투약하고도 증상이 호전되지 않으면 어떻게 하나요?

증상이 심해지거나 호전되지 않으면 다시 의료진의 진료를 받으셔야 합니다. 특히, 다음과 같은 증상이 나타나는 경우 응급처치가 필요할 수 있으므로, 바로 진료를 받아야 합니다.

- 어린이: 숨참, 호흡곤란, 청색증, 흉통, 중증의 근육통, 탈수(8시간 이상 무뇨 등), 경련, 40℃ 이상 고열, 생후 12주 이내 유아의 발열, 만성질환의 악화 등
- 어른 : 호흡곤란이나 짧은 호흡, 가슴이나 복부의 지속적인 통증이나 압박감, 지속적인 어지럼증, 경련, 무뇨, 중증의 근육통, 중증의 위약감, 만성질환의 악화 등

Q9 인플루엔자의 합병증은 무엇인가요?

합병증은 어르신, 어린이, 만성질환자 등에서 잘 발생하며 이로 인해 입원하거나 사망하는 경우도 있습니다. 인플루엔자의 가장 흔한 합병증은 중이염과 세균성 폐렴이며 이외에도 심근염, 심낭염, 기흉, 기종격동, 뇌염, 뇌증, 횡단성 척수염, 횡문근융해증, 라이증후군 등이 발생할 수 있습니다.
또한 만성기관지염이나 만성호흡기질환, 만성심혈관계 질환의 경우 인플루엔자 감염으로 질환이 악화될 수 있습니다.

Q10 인플루엔자 유행은 언제 시작하고 끝나나요?

우리나라는 통상적으로 11월~4월 사이 인플루엔자가 유행하지만, 코로나19 대유행 기간 동안('20~'22년) 인플루엔자 유행이 없었습니다. 또한, '23년에는 이례적으로 여름철에도 유행이 지속되어 유행주의보 해제 없이 연중 유행하는 양상입니다. 따라서, 인플루엔자 유행 시기는 매년 다르므로 시작과 끝을 예측하기는 어렵습니다.
매주 인플루엔자 유행 상황을 질병관리청 홈페이지 감염병누리집(http://www.kdca.go.kr/npt)에 게시하고 있으니 참고하시기 바랍니다.

Q11 인플루엔자 항바이러스 치료제는 요양급여 인정이 되나요?

인플루엔자 유행주의보가 발령되면 고위험군 대상으로 검사 없이도 인플루엔자가 의심될 경우에 건강보험 요양급여가 적용됩니다.

< 항바이러스제 건강보험 요양급여 기준 대상자 >

☞ 근거: 항바이러스제 요양급여적용 세부사항(보건복지부 고시, 제2017-193호)

- 인플루엔자 감염이 확인된 환자(신속항원검사 또는 중합효소연쇄반응법으로 인플루엔자 양성이 확인된 경우)
- 고위험군(유행주의보 발령시)

· 만 9세 이하 또는 만 7세 이상 12세 이하 소아
· 임신 또는 출산 2주 이내 산모
· 만 65세 이상
· 면역저하자
· 대사장애, 심장질환, 폐질환, 신장기능장애, 혈액질환, 신경계질환 등 기저질환자

Q12 올해 인플루엔자 국가예방접종 지원대상은 어떻게 되나요?

생후 6개월 이상 부터 13세 어린이(2010.1.1. ~2023.8.31. 출생자) 및 임신부, 65세 이상 어르신(1958.12.31. 이전 출생자)이 국가지원 대상입니다.

Q13 국가예방접종 지원대상이 아닌 경우, 어떻게 접종할 수 있나요?

국가예방접종 지원대상이 아닌 경우 가까운 인플루엔자 예방접종 시행 의료기관에서 유료로 접종 가능하므로, 접종 가능 여부 확인 후 방문하시기 바랍니다. 일부 지자체는 개별적으로 독감 예방접종 비용 추가 지원사업을 운영하고 있으므로 해당 사업 시행 여부 및 본인이 대상자에 해당하는지는 관할 보건소로 문의가 필요합니다.

Q14 예방접종 하면 인플루엔자 감염을 100% 예방할 수 있나요?

접종 후 약 2주가 지나면 방어 항체가 형성되는데 건강한 성인은 접종으로 70~90% 예방효과가 있다고 알려져 있습니다. 다만 효과는 백신과 유행 바이러스의 일치 정도, 개인 면역 등에 따라 차이가 있습니다. 백신은 감염 예방 이외에도 중증과 사망 위험을 낮추기 때문에 매우 중요합니다.

Q15 국가지원 접종은 어디에서 할 수 있고, 접종 가능한 지정의료기관은 어떻게 확인 할 수 있나요?

주소지와 관계없이 가까운 보건소 또는 지정의료기관에서 접종 가능하며 지정 의료기관 확인을 위하여 관할보건소에 문의하거나, 예방접종 도우미 누리집(http://nip.kdca.go.kr)에서 확인 가능합니다.

Q16 코로나19와 인플루엔자 예방접종을 동시에 접종 가능한가요?

코로나19 예방접종은 인플루엔자 백신과 동시 접종이 가능합니다. 다만, 동시에 접종을 하게 될 경우 일부 국소 반응이 증가할 수 있어 각각 다른 부위에 접종을 해야 합니다.

예시) 인플루엔자 – 삼각근(왼팔), 코로나19 – 삼각근(오른팔)

Q17 인플루엔자 예방접종 후 이상반응 증상은 어떠한 종류가 있나요?

인플루엔자 불활성화 백신 접종 시에 가장 흔한 이상반응은 국소반응으로 백신 접종자의 15~20%에서 접종부위에 발적과 통증이 나타나며 대부분 1~2일 내에 사라집니다. 비특이적인 전신반응으로는 발열, 무력감, 근육통, 두통 등의 증상이 1% 미만에서 나타날 수 있으며, 보통 접종 후 6~12시간 이내에 발생하여 1~2일 간 지속되고 첫 백신 접종자에게서 나타날 가능성이 높습니다.

다만, 드물게 두드러기, 혈관부종 및 아나필락시스 반응 등 심한 과민반응이 나타날 수 있으며 계란 알레르기 환자 및 계란에 심한 아나필락시스 반응을 보이는 사람은 의사와 상담 후에 접종 여부를 결정하여야 합니다.

Q18 감염병의 전파 방지를 위한 방역 소독 지침이나 교육 과정이 있나요?

「감염병예방법」 제55조 및 동법 시행규칙 제41조에 따라 소독업자에 대한 교육은 (사)한국방역협회에서 매년 소독업무 법정교육 계획를 수립하여 실시하고 있으며, 관련 교육자료는 『소독 실무 교재』(출처: (사)한국방역협회 교재편찬위원회)를 통해 확인 할 수 있습니다.

※ (참고) 질병관리청 홈페이지(http://kdca.go.kr) > 알림·자료 > 지침 「코로나19 집단발생시설 및 다중이용시설 소독 안내 지침」

Q19 일반적인 소독제와 소독용 티슈는 어디서 확인 하나요?

소독제 등 제품은 환경부 초록누리 및 식품의약품안전처 의약품안전나라 홈페이지에서 제품명 검색을 통해 확인 가능합니다.

- 환경부 초록누리(http://ecolife.me.go.kr) > 생활화학제품 신고·승인 이력 > 안전확인대상 화학제품
- 식약처 의약품안전나라(http://nedrug.mfds.go.kr) > 의약품등 정보검색

※ (참고) 코로나19 살균·소독 사용 지침 다운로드 위치: 환경부 초록누리 (http://ecolife.me.go.kr) > 알림마당 > 공지사항에서 확인 가능

참고 1 인플루엔자 안내문 예시

인플루엔자 안내문 (일반인용)

□ 인플루엔자(독감)이란?

- 흔히 독감이라고도 불리며 인플루엔자바이러스에 의한 감염성 호흡기질환으로, 비말을 통해 사람 간 전파 가능
- 발열, 두통, 근육통, 인후통, 기침 등의 임상 증상이 나타나며, 발열과 같은 전신 증상은 3~4일간 지속되지만 기침과 인후통 등은 해열된 후에도 며칠간 더 지속될 수 있음

□ 인플루엔자를 예방하려면

① 인플루엔자 예방접종 받기

② 인플루엔자 등 호흡기감염병 예방수칙 준수

- 흐르는 물에 비누로 30초 이상 손씻기
- 기침 시 옷소매나 휴지로 입과 코를 가리기
- 씻지 않은 손으로 눈·코·입 만지지 않기
- 발열 및 호흡기 환자와 접촉 피하기
- 환경표면을 자주 청소·소독하고, 개인물품을 공동사용하지 않기

□ 인플루엔자 의심 증상이 생기면

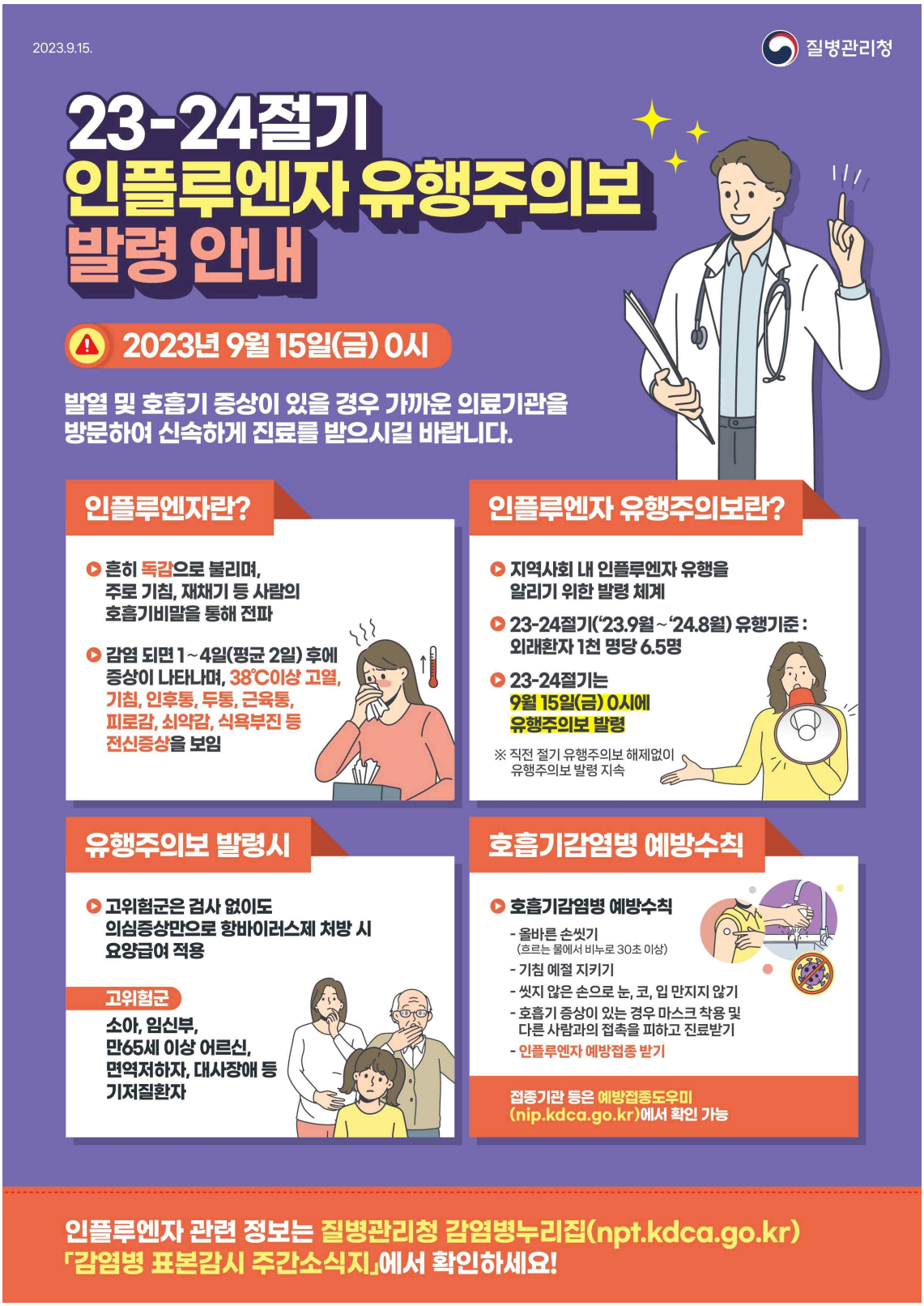
- 개인보호구(마스크 등)를 착용하고 의료기관을 방문
- 문진 시에 임상 증상, 예방접종 이력을 의사에게 알리기
- 영유아 및 소아 환자의 경우 고열 등 전신증상이 흔하므로 인플루엔자와 기타 호흡기감염병 검사를 하여 빠른 진단과 치료 필요
- 고위험군은 9월 15일부터 의심 증상만으로도 항바이러스제 처방 시 건강보험이 적용됨

* 항바이러스제(오셀타미비르, 자나미비르)가 있으며 의사 처방에 따라 적절한 치료제 복용 필요

□ 인플루엔자에 걸린 경우

- 해열된 후 24시간이 경과할 때 까지 집에서 가급적 휴식하기
- 증상이 있을 경우에는 타인 접촉을 최소화하고 다중이용시설에 가지 않기
- 증상이 호전되지 않거나 악화되면 다시 진료받기

참고 2 인플루엔자 유행주의보 발령 안내 포스터



참고 3 올바른 손씻기 포스터

참고 4 기침 예절 포스터

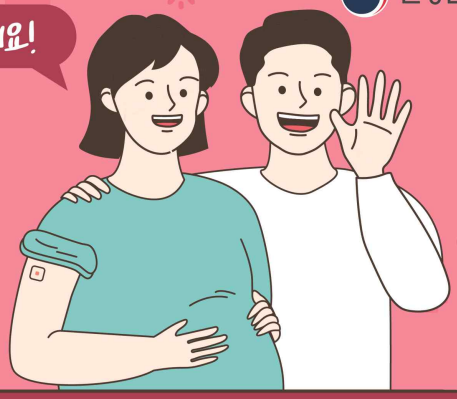
2022.12.9
질병관리청
호흡기질환, 어떻게 예방할 건강!?
기침할 땐 옷소매로
기침 후엔 비누로 손씻기
• 기침예절 실천 네 가지 수칙 •
기침할 때는 휴지와 옷소매로
입과 코 가리기!
기침한 후에는 반드시
올바른 손씻기 실천!
호흡기 증상이 있을 시
마스크 착용하기!
사용한 휴지나 마스크는 바로
쓰레기통에 버리기!
올바른 기침예절 생활화로 안전한 일상 회복에 함께해 주세요!

참고 5 인플루엔자 예방접종 안내 포스터

질병관리청

한번의 예방접종으로 엄마와 아기 모두 지켜요!

임신부 누구나



2023-2024절기 임신부 인플루엔자 국가예방접종 지원 안내

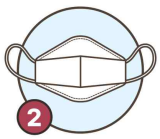
지원대상 임신 여부를 확인한 임신부 (산모수첩 등 소지)
※ 임신 주수에 상관없이 접종 가능

지원기간 2023.10.5.(목) ~ 2024.4.30.(화)

접종기관 지정의료기관 및 보건소
※ 예방접종도우미 누리집에서 확인 가능 (보건소는 방문 전 확인 필수)

의료기관 방문 시 지켜주세요!

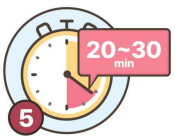
1 건강상태가 좋은 날 예방접종 하기



2 보호자와 접종대상자 모두 마스크 착용

3 손소독 등 개인위생 수칙 준수

4 대상자, 보호자는 코로나19 증상 있을 시 방문 전 알리기



5 접종 후 현장에서 20~30분 머무르며 이상반응 관찰 후 귀가

예방접종도우미 바로가기

검색창에 NIP
예방접종도우미
검색해주세요!

바로가기 QR 코드 스캔하기 ▶▶▶

https://nip.kdca.go.kr/

1339 질병관리청 콜센터

KMA 대한의사협회 KOREAN MEDICAL ASSOCIATION

질병관리청

올해도 꼭! 인플루엔자 예방접종 하세요!

65세 이상 어르신

2023-2024절기 어르신 인플루엔자 국가예방접종 지원 안내

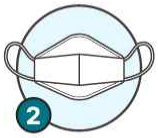
지원대상	지원기간
75세 이상(1948. 12. 31. 이전 출생자)	2023. 10. 11.(수) ~ 2024. 4. 30.(화)
70세~74세 이상(1949. 1. 1. ~ 1953. 12. 31. 출생자)	2023. 10. 16.(월) ~ 2024. 4. 30.(화)
65세~69세 이상(1954. 1. 1. ~ 1958. 12. 31. 출생자)	2023. 10. 19.(목) ~ 2024. 4. 30.(화)

접종기관 지정의료기관 및 보건소

※ 예방접종도우미 누리집에서 확인 가능 (보건소는 방문 전 확인 필수)

의료기관 방문 시 지켜주세요!

1 건강상태가 좋은 날 **예방접종 하기**



2 보호자와 접종대상자 **모두 마스크 착용**

3 손소독 등 **개인위생 수칙 준수**

4 대상자, 보호자는 **코로나19 증상** 있을 시 **방문 전 알리기**

5 접종 후 현장에서 **20~30분** 머무르며 **이상반응 관찰** 후 귀가

예방접종도우미 바로가기

검색창에 NIP

예방접종도우미

검색해주세요!

바로가기 QR 코드 스캔하기 ▶▶▶

https://nip.kdca.go.kr/

국민건강증진 마음먹기 1339 질병관리청 콜센터

KMA 대한의사협회 Korean Medical Association