

2009년 9월 17일

친애하는 오벌린 학부모님 및 보호자님께:

안녕하세요? 2009년 신종 인플루엔자와 관련해서 저희 학교가 교수, 직원, 학생들에게 배포하고 있는 예방 정보를 알려드리고자 합니다.

미국과 전 세계에 걸친 2009년 신종 플루 바이러스의 확산을 감안하여, 저희는 교내에 예방 정보를 잘 숙지하고, 또 청결한 위생, 좋은 영양 상태, 적절한 수면등을 통해 감염의 기회를 최소한으로 줄이도록 권장하고 있습니다.

비록 아무도 이번 독감철의 영향을 정확히 예상할 수는 없지만, 의료 전문가들은 각자의 건강을 지키기 위한 노력이 감염 확률을 낮추고 면역력을 높일 수 있다고 말합니다. 또한 이번 신종 인플루엔자를 관찰해온 전문가들은 미국의 경우 대부분 그 강도가 낮고 또 많은 환자들이 특별한 치료를 받지 않고 신속하게 회복되었다고 말합니다.

세계 보건기구(WHO)에서 2009년 세계 신종 플루를 유행병으로 지정한 것은 이번 플루의 지속적인 확산을 기반으로 한 것이지 증상의 강도에 의한 것이 아닙니다. 예방 조치를 위하여 본 대학에서는 보건 당국으로부터 최신으로 업데이트

되는 정보를 항상 받고 있습니다. 이하의 내용은 저희 교내에 공지된 2009년 신종 플루에 관련된 중요한 정보입니다.

저희는 미국 질병 통제 센터(CDC)이 대학들에 권고한 사항들을 따르고 있으며, 학부모님들에게도 그 사항들을 알려드립니다.

좋은 건강을 유지하기 위한 권장 사항

- **청결한 위생관리**

- 본교는 규칙적인 손씻기와 손 소독제 사용을 권하고 있습니다. 또한 개인, 사무실, 공공장소에 소독제를 배포하고 있습니다.

- **일반적인 계절 독감을 막기 위한 예방 접종**

- 본교는 교수, 직원, 그리고 학생들에게 계절 독감에 대한 예방 접종을 권하고 있습니다.

- 2009년 9월 17일로부터, 학생 보건 서비스센터에서 계절 독감에 대한 예방 접종을 실시하고 있습니다. 이에 관한 정보와 앞으로의 독감 클리닉에 대한 자료들이 인터넷과 캠퍼스 포스터를 통해 알려지고 있습니다.

2009년 신종 플루에 관한 정보

• 저희는 오벌린 칼리지 학생들에게 (해당 백신에 대한 금시 사항이 없을 시) 신종 플루에 대한 예방 접종을 받길 강력히 권장 합니다.

○ 미국 질병 통제 센터(CDC)에서는 생후 6개월부터 24세 사이의 어린이, 청소년, 그리고 젊은 성인을 신종 플루 백신 접종 최우선 순위 그룹으로 규정하였습니다. 이 그룹은 학교, 모임 같은 많은 사람들이 있는 환경을 접촉하기 때문에 바이러스가 쉽게 전염될 가능성이 있습니다.

○ 그밖에도 최우선순위에는 임산부, 가정 주부, 유아의 보호자, 응급 의료 서비스 관계자, 그리고 만성 질병을 가지고 있는 25세와 64세 사이의 사람들입니다.

○ 현재 백신 접종의 횟수는 한번으로 규정되어 있으며, 접종 후 8-10일 이내에 면역이 생깁니다. 2009년 신종 플루 백신이 10월경 로레인 카운티 보건국에서 제공될 것으로 예상하고 있으며, 이 보건국에 백신 공급을 요청한 상태입니다.

○ 가을 방학 기간 중에 (10월 17일-25일) 집에 돌아갈 학생들은 각기 의사와 상의하여 예방 접종을 계획하기를 권합니다.

○ 독감에 걸린 사람은 신종 플루와의 합병증이 생길 확률이 높으므로 즉시 의사와 상의해야 합니다.

• 신종 플루가 감염될 위험이 높은 사람은?

○ 미국 대학 보건 협회와 질병 통제 센터(CDC)에서는 신종 플루에 감염이 될 위험이 높은 사람을 아래와 같이 보고 있습니다. 또한 계절 독감에 걸리기 쉬

운 사람들은 신종 플루와의 합병증이 생길 위험이 높다고 보고 있습니다. 이하의 내용은 더 많은 연구와 조사가 진행되면서 수정이 있을 수 있습니다.

- 5세 미만 어린이. 특히 2세 미만의 어린이는 다른 심각한 질병과 합병증이 생길 위험이 높음.

- 65세 이상 성인.

- 다음 조건이 있는 사람

- 만성 폐병 (천식 포함), 심혈관계 질환 (고혈압, 신장질환, 간장질환, 혈액 질환은 제외, 단 적혈구 빈혈증 포함), 신경질환, 신경근질환, 혹은 신진대사장애 (당뇨병 포함)

- 약물이나 에이즈(HIV)로 인한 면역장애

- 임신한 여성

- 장기간 아스피린 복용을 한 19세 이하의 사람.

- 가정 간호 및 요양 시설의 거주자.

신종 플루 바이러스가 감염시 관찰되는 증상

신종 플루 바이러스가 확인된 대부분의 환자가 아래와 같은 증상들을 경험했습니다.

- 고열

- 오한

- 두통
- 상부 호흡 기관 증상 (기침, 인후통, 콧물, 호흡 곤란),
- 근육통
- 관절 통증
- 피로
- 구토
- 설사

CDC 권고 사항들에 기반해, 본교는 플루 감염이 의심되는 사람들에게 다음 항목들을 권장합니다.

- 플루 감염이 의심되는 사람, 또 플루 합병증의 위험이 낮은 사람들은 바깥 출입과 사람들과의 접촉을 삼가고, 진통제를 먹고, 물을 많이 마시고, 충분한 휴식을 취해야 합니다.

- 집이 가까이 있는 학생들은 개인적인 교통수단을 이용해 집에 돌아가 머물며 회복해야 합니다. 약이 없이도 24시간 동안 열이 발생하지 않기 전에는 사람이 많은 장소나 학교에 가서는 안됩니다.

- 집이 너무 멀어 대중교통을 이용하지 않고 집으로 돌아갈 수 없는 학생들은 자신의 방에만 머물며 약이 없이도 24시간 동안 열이 발생하지 않기 전에는 수업과 공공장소(식당, 콘서트, 영화관 등)에 가서는 안됩니다.

- 바이러스의 확산을 방지하기 위해서 증상이 있고 오벌린에 머물러야 하는 학생은 다음과 같은 사항을 따라야 합니다.

○ 자신의 방에 머물며 룸메이트와 최소한 2미터의 (6피트) 거리를 유지하십시오.

○ 밖에서도 다른 사람들과 최소 2미터 간의 거리를 유지하십시오.

○ 기침과 재채기를 할 때는 티슈를 사용해 입을 가리고, 다 쓴 티슈는 버리십시오.

○ 룸메이트와 같이 쓰는 방이 벽으로 나누어져 있지 않거나 부엌, 화장실을 사용할 때는 마스크를 사용하시고, 다 쓴 후에는 꼭 휴지통에 버려주십시오. 각 기숙사 사감이 마스크를 가지고 있습니다.

• 플루 감염이 의심되는 학생들은 꼭 클래스 학장 혹은 학생처장에게 연락을 (이메일 또는 전화: 440-775-8462) 해야합니다. 그래야지만 교수님들에게 수업 불참을 미리 알려드릴 수 있습니다.

• “플루 친구” (flu buddy) 라는 방법을 통해 감염이 의심되는 친구를 위해 식당에서 용기에 음식을 받아올 수 있습니다. (자세한 내용은 FAQ 섹션을 참조하십시오.)

• **학생들은 다음과 같은 상황에 학생 보건 서비스 센터 또는 의료 전문가에게 연락해야 합니다**

○ 플루 같은 병이 있거나 아니면 플루가 감염될 위험이 높은 학생들은 학생 보건 서비스 센터(Student Health Service, 전화 440-775-8180)에 연락해야 합니다.

• 또 학생들은 간호 건강 서비스 (877-924-7758)에 상담을 할 수있고, 다른 현지 건강 서비스에 상담할 수 있습니다.

- 해외 또는 교외 학습 프로그램을 하고 있는 학생들은 해당 프로그램과 상의해서 치료를 받을 수 있습니다.

자주 하는 질문들 (FAQ):

신종플루 환자 학생들을 격리할 건가요?

저희 캠퍼스에는 그렇게 할수있는 공간이 없습니다. 하지만 저희는 병이 있는 학생들에게 이렇게 추천합니다:

- 자가 격리
- 룸메이트와 2미터(6피트) 거리를 유지하기.
- 마스크를 쓰기.
- 손을 잘 씻기.
- 기침을 할땐 가리고 하기.
- 티슈를 쓰고 난후 휴지통에 넣기.
- 사람들이 많이 사용하는 부분들을 (문손잡이, 계단 난간) 자주 소독하기.

타미플루 처방의 목적은 치료입니까, 예방입니까?

학생 보건 서비스 센터에서는 학생이 2009년 H1N1 바이러스가 감염될 확률이 아주 많을때 타미플루를 처방합니다.

플루 친구는?

플루 친구 시스템의 설명:

H1N1 감염은 플루 같은 질병입니다. 이 질병은 후통과 기침 및 열이 많이 납니다. CDC에서는 이러한 증상이 있는 학생들은 다른 사람으로부터 자신을 격리하는 것이 좋습니다. 이러한 학생들은 집으로 가거나 자기 방에 있는게 좋습니다.

저희는 그래서 학생들에게 플루 친구를 찾기를 요구합니다. 이 목적은 플루 같은 병이 있는 학생을 돌보아 주길 원하는 것입니다.

플루친구가 아프면 전화나 이메일로 연락을 해주세요. 마스크를 꼭 쓰고나서 만나세요. 필요한 의약품, 음식을 이 친구의 문 앞에 놓아 주면 되요. 자세한 내용은 시디시 웹사이트 (www.cdc.gov)을 확인하세요.

플루가 감염될 위험이 아주 높은 사람들은 플루친구가 되어서는 안 됩니다. 이런 학생들은 의료 전문가에게 문의해야 합니다.

여행을 해도 안전한가요?

네, 그래도 조심하세요. 바이러스가 미국 전역에 퍼져있는 것을 감안할 때, 이제 자신이 어디에 있는가는 플루 감염 가능성을 평가할 때 중요성이 덜 해졌습니다. 미국 질병통제예방센터(CDC)에서 여행주의경보를 해제했지만, 여행객들은 항상 위에 설명된 주의 사항들을 준수해야 합니다.

그밖의 정보

2009년 신종플루에 관한 더 자세한 정보, <http://www.pandemicflu.gov>

미국 질병통제예방센터(CDC), <http://www.cdc.gov>

더 자세한 예방 권장 사항, <http://www.cdc.gov/2009>

H1N1flu/recommendations.htm

더 자세한 오벌린 지역 보건 정보는, <http://www.oberlin.edu/health>

오벌린 대학은 바이러스의 확산을 제한하기한 노력을 계속할 것입니다. 저희는 올바른 대책을 통해 신종 플루 바이러스의 영향을 최소화하기를 희망하며, 교내의 모든 구성원이 이 권장사항들을 준수하기를 바랍니다.

Sincerely,

Linda Gates

Dean of Students

학생처장 린다 게이츠 올림.

Korean translation by Mo-Ran Park and Sungkyung Cho