

H1N1 인플루엔자(돼지 독감) 문답 H1N1 INFLUENZA A (HUMAN SWINE FLU) Q & A

H1N1 인플루엔자 A(돼지 독감)이란 무엇입니까? (What is H1N1 Influenza A (Human Swine Flu)?)

‘돼지 독감’이라고 흔히 불리는 이 바이러스는 신종 인플루엔자 A 이며 사람간 전염이 가능한 것으로 알려져 있습니다. 신종 계절 인플루엔자 A 는 매해 독감시즌에 퍼지는 편입니다.

독감은 어떻게 퍼집니까? (How does influenza spread?)

돼지 독감은 사람에서 사람으로 감염된 사람이 기침을 하거나 재채기를 한 공기를 통해 ‘비말’로 전염되는것으로 알려져 있습니다. 이런 비말은 다른사람들이 숨을 쉴때 들이 마시거나 카운터나 손잡이등의 딱딱한 표면에 남아 있다가 손에 묻은 후 눈, 코, 입의 접촉을 통하여 전염될수 있습니다. 즉, 돼지 독감은 다른 독감들과 동일한 경로로 전염이 됩니다.

사람에게 나타나는 H1N1 인플루엔자 A(돼지독감)의 증상들은 어떤것들이 있습니까?

(What are the symptoms of H1N1 Influenza A (Swine Flu) in humans?)

멕시코를 제외한 다른 국가들 내에서 돼지독감에 감염된 사람들의 증상들은 일반적인 독감 유행 시기에 걸리는 계절형 인플루엔자 감염과 매우 흡사합니다. 일반적인 증상으로 열, 기침, 근육통, 기면과 식욕부진을 유발합니다. 또한 돼지독감에 걸린 어떤 사람들은 콧물, 인후염, 어지러움, 구토와 설사등도 동반한다고 보고 된바 있습니다. 멕시코를 제외한 다른 국가들에서 발병한 돼지독감은 대부분 완전히 완치된 것으로 알려져 있습니다. 한편, 멕시코의 현사태는 폐렴 또는 다른 심각한 폐관련 문제와 경한 다른 독감 증상의 합병증이 관련된 것으로 보고되어 있습니다.

H1N1 인플루엔자 A (돼지 독감)은 어떻게 진단될수 있습니까? (How is H1N1 Influenza A (Swine Flu) diagnosed?)

가벼운 증상이 있는 사람들은 검사가 필요하지 않습니다. 만약 의사가 본인의 상태가 독감에 의한것이라 의심이 되면 코나 목 스왑을하여 실험실에 확인차 보낼수 있습니다. 정기적이거나 계절 독감은 이런식으로 빠르게 확인될수 있습니다. H1N1 인플루엔자 A (돼지 독감)은 시간이 좀 걸릴수 있습니다. 피검사같은 다른 검사들이 사용될수도 있습니다.

H1N1 인플루엔자 A (사람 돼지 독감)을 예방하기위한 백신이 있습니까?

(Is there a vaccine to protect against H1N1 Influenza A (human Swine Flu)?)

현재로서는 H1N1 인플루엔자 A (사람 돼지 독감) 바이러스로부터 보호해줄 백신은 없습니다. 계절독감 예방주사는 H1N1 인플루엔자 A (돼지 독감)을 예방하지는 않습니다.

H1N1 인플루엔자 A (사람 돼지 독감)을 돼지고기를 먹어서 걸릴수 있습니까?

(Can you get H1N1 Influenza A (Human Swine Flu) by eating pork?)

아닙니다 - 돼지고기를 제대로 조리 및 취급할 시에 바이러스는 사멸됩니다. 또한 인플루엔자 증상을 보이는 돼지는 매매 시장을 위한 검사를 통과하지 못합니다. 돼지고기 생고기를 취급하는 사람들은 원래의 음식 위생법을 따라야 합니다.

멕시코로 여행하는 사람들을 위한 주의사항이 발표된바 있습니까?

(Has there been a travel advisory issued for people traveling to Mexico?)

네. 2009년 4월 27자로 캐나다 공중 위생국(Public Health Agency of Canada(PHAC))에서는 멕시코로 꼭 필요하지않은 여행은 피하라고 권유하였습니다. 부득이 멕시코를 방문하셔야 할 경우, 캐나다 공중 위생국은 독감 예방주사를 받고 손을 자주 씻으며 호흡기 질병을 앓고 있는 듯한 사람과의 접촉을 피하도록 주의하라고 발표한바 있습니다.

**제가 멕시코에 갔다왔는데 호흡기 감염증상이 있으면 어떻게 해야 하나요?
(What do I do if I've been to Mexico and I have symptoms of a respiratory infection?)**

근래에 멕시코를 방문 한적이 있고 38 도 이상의 발열과 새로 시작된 기침 증상같은 호흡기 감염증상이 있으면 집에서 충분한 안정 및 휴식을 취해야 합니다. 특히 증상이 없어질때 까지 안정을 취하며 다른사람들과의 접촉을 피해야 합니다. 자가 치료법에 관한 정보는 www.health.Alberta.ca/health-info/influenza-how-to-care.html 에서 받으시거나 1-866-408-5465 에 알버타 헬스 링크로 전화하시면 됩니다. 만약에 증상이 심각해지거나 나아 지지 않는다면 주치의에게 연락하여 수속 예약을 하시며 또한 예약시에 본인의 여행 내력을 밝혀두는것이 중요합니다.

만약 주치의가 귀가 조치할 시에 증상이 없어질때까지 집에서 휴식을 취하는것이 중요합니다. 만약 나중에 숨이 차오르거나 심각한 다른 증상 발생시에는 주치의에게 연락을 하거나 응급실에 가면 담당자에게 여행 내력을 알리는것이 중요합니다. 만약 응급실에 가게되면 응급실 간호사(triage nurse)에게 근래 여행 경력과 호흡기 증상을 말씀하십시오.

만약 여행에서 다녀왔는데 제가: (What if I have returned from travel)

(i) 돌아온지 열흘이 지났음에도 불구하고 아무 증상이 없다면?

감염 위험성이 높지 않고 더 이상의 추가 조치가 필요 없습니다.

(ii) 돌아온지 열흘 후에 증상이 시작된다면?

본인의 증상은 아마도 캐나다 현지에서 감염되었을 것이며 일반적인 독감에 대한 자가적 치료로 충분합니다.

신종 인플루엔자 A 의 전염기는 얼마나 되나요?

(What is the incubation period for H1N1 Influenza A (Swine Flu)?)

전염기는 그다지 길지 않은 것으로 알려졌습니다. 아무리 길어도 열흘 이상 지속되지 않을 것입니다.

인플루엔자의 증상 발생시 Antiviral 을 처방 받을 수 있습니까?

(Can I get antivirals if I have symptoms of influenza?)

일반적으로 경한 증상의 인플루엔자 감염시, Antiviral 의 처방은 불필요하거나 또는 권장되고 있지 않습니다. Antiviral 은 반드시 의사로부터 처방을 받아야만 구입하실 수 있습니다.

흡사한 증상 발생시에 반드시 검진을 받아야 하나요?

(Do people with symptoms need to be tested?)

경한 증세의 경우에는 굳이 검진을 받으실 필요는 없습니다. 허나, 중한 증세를 보일 경우에는 주치의의 필요에 따라서 자세한 검진 또는 검사를 받으실 수 있습니다.

더 자세한 정보를 어디서 구할 수 있을까요?

(Where do I get more information?)

신종 인플루엔자 A 에 관련된 더욱 자세한 정보는 알버타 헬스 서비스의 웹사이트를 통하여 참고하시거나 공인 간호사와 24 시간, 주 7 일 언제든지 무료로 상담할 수 있는 Health Link Alberta (헬스링크 알버타)로 문의하여 주십시오. 수신자 부담: 1-866-408-LINK(5465)

이전에 출판된 ‘건강한 삶으로의 길’의 기사 시리즈를 읽고 싶으시면

http://www.calgaryhealthregion.ca/programs/diversity/multilingual_health_services.htm 에 방문하셔서 건강정보를 한국어로 읽으실 수 있습니다.