

2020년 12월 17일

www.healthoregon.org/coronavirus

노숙자 텐트촌 권장 사항

COVID-19 확산 관련 기본 사항

COVID-19의 증상은 독감과 비슷합니다. 증상에는 발열, 기침, 숨참이 포함되지만 이에 국한되지 않고 다른 증상 또한 나타날 수 있습니다. 이 바이러스는 주로 감염된 사람이 기침이나 재채기 또는 말을 할 때 나오는 호흡기 비말을 통해서 한 사람으로부터 다른 사람에게 전염됩니다. 비말은 약 6피트 내의 근처에 있는 사람들의 입 또는 코에 내려앉을 수 있습니다. 건강한 사람이 환자의 기침/재채기 비말에서 나온 바이러스가 묻어 있는 표면, 물건 또는 환자의 손 등을 만진 후 자신의 입이나 코를 만지면 바이러스가 건강한 사람을 감염시킬 수 있습니다.

대부분의 사람은 병원 치료를 하지 않아도 회복되며 증상은 가뻐습니다. 그러나, 어떤 사람은 폐렴 등의 매우 심각한 증상이 나타날 위험성이 높습니다. 이와 같이 위험성이 높은 사람은 나이가 많고, 면역 체계가 약한 상태이거나 기저 질환(예: 심장 또는 폐 질환 등)이 있는 경향이 있습니다. COVID-19는 새롭게 출현한 질환이지만, 그 확산을 제한하고 감염 환자를 도울 방법은 존재합니다.

감염 확산을 제한하는 단계

- 손 씻기가 중요하지만, 시설 외부에 거주하는 사람은 손 씻기 시설 사용이 제한적임을 파악하고 있습니다. 살균제도 효과적입니다. 아픈 사람이 있는 경우, 손을 씻거나 살균제를 사용하면 폐, 코 또는 접촉을 통한 다른 경로를 거치는 질병 확산 방지에 도움이 됩니다. 건강한 사람의 경우, 이와 같은 규칙을 따르면 접촉으로 인한 세균 유입을 막고 입, 코 또는 눈을 통해 세균을 접촉 및 확산시키는 것을 막는 데 도움이 될 것입니다.
- 주민 여러분은 코, 눈, 입에 접촉하는 일이 발생하지 않도록 취하실 수 있는 조치를 취하셔야 합니다.
- 기침할 때는 가리고 하십시오. 팔꿈치, 마스크 또는 두건에 기침하는 방법을 적용하여 기침할 때는 언제나 가리고 하셔야 합니다.
- 담배, 음식, 전화 및 각종 도구와 같은 개인 물품을 가능한 한 다른 사람과 함께 사용하지 않도록 노력해야 합니다.

위생 및 청소

가능한 경우 “인체 코로나 바이러스 살균”으로 용도가 명시된 소독제로 청소합니다. 레이블에 있는 사용법을 준수합니다. 살균제나 물티슈로 닦아낸 후 건조시키지 마십시오. 닦아낸 후에는 레이블에서 지정하는 시간 동안 축축한 상태가 유지되어야 합니다. 병원균을 죽이려면 이 접촉 시간이 필요하기 때문에 이 단계는 중요합니다. 전화기와 다른 표면 등 손이 많이 닿는 부분에는 청소천을 사용할 수 있습니다.

얼굴 가리개

아프거나 기침을 하는 사람은 천 소재의 얼굴 가리개(또는 입수 가능하다면 수술용 마스크)를 준비하고 착용해야 합니다. 얼굴 가리개는 신종 코로나 바이러스가 들어있는 비말 확산 방지에 도움이 됩니다. 의료 제공자는 신규, 악화 또는 특이한 기침을 하는 사람을 파악해야 합니다. 얼굴 가리개 또는 마스크를 착용하면 분비물 또는 비말을 방지합니다.

환자든 환자가 아닌 분이든, 다른 사람과 6 피트 이내로 있게 되시는 분은 모두, 얼굴 가리개를 착용해야 합니다. 마스크와 얼굴 가리개는 올바르게 사용하는 경우에만 유효합니다. 올바른 마스크 사용을 위해 다음의 규칙을 반드시 준수해야 합니다.

- 얼굴 가리개는 얼굴을 충분히 덮고, 코와 입이 가려주는 것이어야 합니다.
- 마스크의 색깔이 있는 쪽이 바깥을 향해야 합니다.
- 끈 또는 고무줄을 잘 조절하여 마스크를 제자리에 자리 잡아야 합니다.
- 금속 부품은 코에 맞는 형상으로 만듭니다. 올바른 마스크 사용법에 관한 이 동영상(<https://www.youtube.com/watch?v=9VbojLOQe94>)을 시청하시기 바랍니다.

의료 제공자와 자원 봉사자가 아프다면 근무하지 않아야 하며, 이때 취약할 가능성이 있는 사람과 함께 있으면 안 됩니다. 그리고 다음과 같은 지침을 준수해야 합니다:

- 다른 사람들과의 상호작용 전후를 포함하여, 정기적으로 올바른 손 위생 규칙을 실천해야 합니다.
- 다른 사람으로부터 최소 6 피트 거리를 유지해야 합니다.
- (고객이 장갑을 착용하고 있지 않은 한) 고객의 소지품을 만지지 말아야 합니다.

감염 확산 방지를 위한 텐트촌 시설 준비

텐트촌 사용자는 호흡기 질환 증상(예: 기침, 발열, 호흡 곤란)이 있는 사람과 다른 사람이 거리를 두도록 가능한 최대한 노력해야 합니다. 이렇게 하면 환자의 호흡기 비말이 공기를 통해 건강한 사람의 입 또는 코로 전달되는 것을 막을 수 있습니다. 이렇게 하면 기침하는 사람이 마스크를 착용한 경우에도 도움이 되며, 마스크가 없는 경우에는 정말 중요합니다. 옥외의 경우, 사람 사이에 거리를 둘 수 있습니다. 가장 좋은 방법은 건강한 사람과 환자 사이에 최소 6 피트를 유지하는 것입니다. 다시 말씀 드립니다만 호흡기 질환 증상(예: 기침, 발열, 숨참)이 없는 사람이 환자와 텐트를 함께 사용하는 것은 가능한 최대한 피해야 합니다.

공간에 좁은 경우에는 오리건주 보건청 Oregon Health Authority, OHA)이 알려드린 보호시설 및 다른 공동시설에 대한 안내를 참고하시면 도움이 될 수 있습니다.

- 텐트 사이에 최소 6 피트(공간이 허락된다면 보다 넓은 간격이 이상적임)의 거리를 두셔서 호흡기 질환 증상이 있는 분과 없는 분을 분리하십시오.

- 음식, 식수 및 위생 시설 주변에 사람들이 몰리지 않도록 하십시오.
- 다른 사람 주변에서는 마스크 또는 얼굴 가리개를 착용하십시오. 만 2 세 미만의 아동, 숨참 증상이 있는 사람이나 의식이 없는 사람 또는 그 외에 자신을 관리할 수 없고 스스로 마스크를 벗을 수 없는 사람은 마스크를 착용하지 말아야 합니다.
- 침구, 의류 및 기타 다른 개인 용품을 함께 사용하면 안 되며, 특히 증상이 있거나 담요 및 의류 등에 기침을 한 경우에는 더 그렇습니다.
- 기침을 하는 사람은 휴지, 침구, 사용한 의류와 쓰레기를 가능한 최대한 별도로 처리해야 하며 다른 사용자와 섞이지 않도록 해야 합니다.

애완 동물

이 바이러스는 애완동물과 사람 사이에서 확산될 수 있습니다. 애완동물은 우리 자신에게도 소중하지만, 애완동물에게도 우리는 소중한 대상입니다. 그렇기 때문에 이 문제 때문에 서로를 저버리지 말아야 합니다.

호흡기 증상이 있는 사람의 치료

COVID-19 감염자는 병원 치료가 아닌 필요한 치료를 받을 수 있습니다. 사람들은 기침 및 발열과 같은 증상이 있거나 이틀 이내에 전염성이 있을 수 있습니다. 질환이 심각하지 않은 사람은 기침, 재채기, 인후통, 발열, 통증과 같은 증상이 있을 수 있습니다. 독감과 유사한 치료를 합니다.

- 반드시 휴식을 취하게 하고 발열 및 통증 등의 증상에는 아세트아미노펜(타이레놀)과 이부프로펜(애드빌)과 같은 일반 의약품을 처방합니다.
- 환자에게 환기가 잘 되는 별도의 공간을 제공하고 다른 사람과 애완동물에 대해 가능한 최대한 거리를 유지합니다. 이와 같이 하지 못하는 경우에는 건강한 사람들과의 사이에 최소 6 피트 거리를 유지해야 합니다. 환자와 건강한 사람이 텐트를 함께 사용하지 말아야 합니다.
- 기침 또는 재채기를 한 적이 있는 사람과 침구나 의류를 함께 사용하면 안 됩니다.
- 기침 또는 재채기를 하는 사람은 마스크를 착용해야 합니다. 이와 같은 사람이 마스크를 착용하지 못할 때 치료하는 사람이 환자에게 가깝게 가는 경우에는 (6 피트 이내) 마스크를 착용하거나 코와 입을 가려야 합니다.

추가적인 의료 치료가 필요한 경우

다음과 같은 COVID-19 증상 중 하나라도 경험할 경우, 평소와 동일한 의료 서비스 제공자에게 진료를 받아야 합니다.

- 발열 또는 오한
- 기침
- 숨참 또는 호흡 곤란
- 피로
- 근육통 또는 몸살
- 두통

- 후각 또는 미각 상실이 새로 나타남
- 인후염
- 코 막힘 또는 콧물
- 구역질 또는 구토
- 설사

다음과 같은 증상 중 하나라도 나타날 경우 즉시 의학적 보조를 받아야 합니다:

- 호흡 곤란
- 흉부 또는 복부에 통증이나 압박감
- 물이나 음료수를 마실 수 없거나 계속 흘림
- 혼돈 증상이 새로 나타남
- 정신을 깨지 못함

구급차는 정상적인 911 호출 절차를 사용합니다. 응급 의료진은 추가 마스크와 보호장구 사용을 통해 자신의 안전을 지켜서 진료를 계속하도록 합니다.

의학적 진료가 필요하지만 이를 거부하는 사람이 있을 경우, 진료를 받도록 당부해야 합니다. 마스크를 착용하라고 요구하고 다른 사람으로부터 최소 6 피트의 거리를 유지하도록 도와주십시오.

치료 제공자를 위한 안내

직접 의료 서비스를 제공하는 사람들은 환자로 인한 바이러스 감염 위험성이 가장 높습니다. 다만, 환자와 같은 장소에 있는 다른 사람 역시 위험성을 제한하기 위해 동일한 주의 사항을 따라야 합니다. 가능한 한 정기적으로 건강 상태를 확인하여 유사 증상이 나타나는지 살펴보아야 합니다.

치료 제공자와 밀접 접촉자는 손 씻기와 살균 및 얼굴을 만지지 않는 것에 대한 지침을 항상 준수해야 합니다. 특히 환자와 같은 공간에 있었거나 환자의 소지품을 만진 후에는 더욱 유의해야 합니다.

자주 만지는 모든 표면을 일상적으로 사용하는 청소 용품을 사용하여 정기적으로 올바른 방법에 따라 세척합니다.

개인 용품, 각종 도구, 수건 또는 침구를 환자와 함께 사용하면 안 됩니다.

세탁이 가능한 경우, 환자와 증상이 없는 다른 사람이 같은 물품을 사용해도 됩니다. 병원균 확산 차단을 위해 청결하지 않은 세탁물을 털거나 “몸에 감싸 안고” 운반하지 않아야 합니다.

텐트촌 지침

OHA에서는 개인 거주를 선택할 수 없을 경우(또는 다른 거주 시설로 이동하기를 원치 않을 경우), 보호시설이 아닌 구역 또는 텐트촌에 살고 있는 사람들이 현재 거주하는 장소에 계속해서 머무르는 것을 허용해야 합니다. 텐트촌에 머무르지 못하게 하면 사람들이 지역사회

내의 더 많은 사람들과 접촉하게 되고, 서비스 제공자들과의 연락이 끊기게 됩니다. 이로 인해 감염성 질환의 확산이 증가할 가능성이 있습니다.

우리가 돕기 위해 취하는 조치

모든 사람이 COVID-19에 대해 경각심을 갖고 있다는 걸 아실 겁니다. 주책이 없는 지역 사회 구성원과 그분들을 돕는 사람을 지원하고자 합니다.

그뿐만 아니라, 주정부 기관들은 이러한 분들의 수요를 충족시키기 위해 다음과 같은 방법으로 협력하고 있습니다:

- OHA는 오리건주 비상관리실과 시민복지부의 협력으로 이루어지는 범 기관 특별 대응팀에 참여하고 있습니다.
- OHA는 보호시설 외부의 주민들을 포함한 취약 계층의 수요를 예상 및 해결할 기본 틀을 마련하였습니다. 서비스 공급자, 지역 사회 구성원 및 현지 공중보건 기관과 협력을 계속하여 문제점을 파악할 것입니다.
- OHA는 보호시설 외부 거주자 등 과거부터 계속 소외됐던 계층을 대표 및 지원하는 조직과 원활하게 협력하는 지역사회 연결망을 갖추고 있습니다. 이 팀은 주간 현황 파악 활동을 지속하고 보건 관련 공지사항 및 기타 자원을 개발하여 지역사회의 안녕을 지원하고 있습니다.

출처

[노숙자 지원 서비스 제공자와 지자체 공무원 대상 보호시설에 거주하고 있지 않은 노숙자 및 COVID-19에 관한 임시 지침](#)

[지역 공중 보건 당국 디렉토리](#)

문서 접근성: 장애인 또는 영어 이외의 언어를 사용하는 분들을 위해, OHA는 번역, 큰 글자 또는 점자와 같이 다른 형태로 된 정보를 제공할 수 있습니다. 건강정보센터(1-971-673-2411, 711 TTY 또는 COVID19.LanguageAccess@dhsosha.state.or.us)로 문의하십시오.