

COVID-19로부터 자신과 다른 사람을 지키는 방법

전파되는 방식

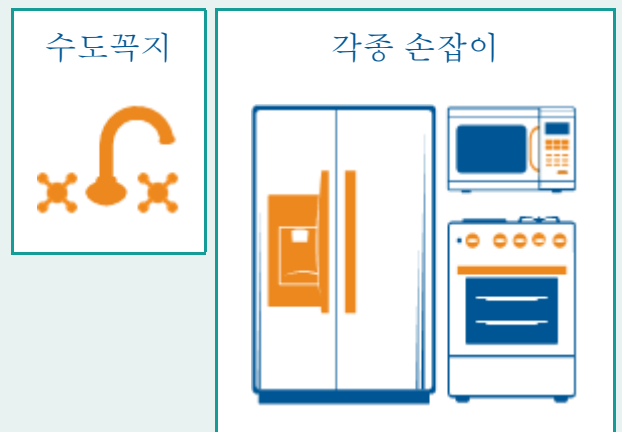
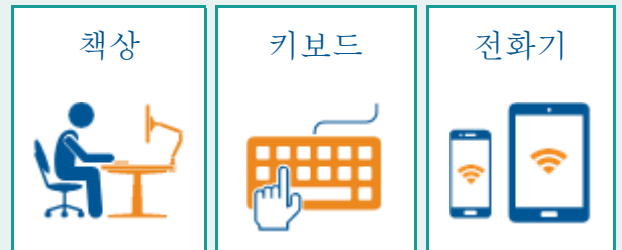
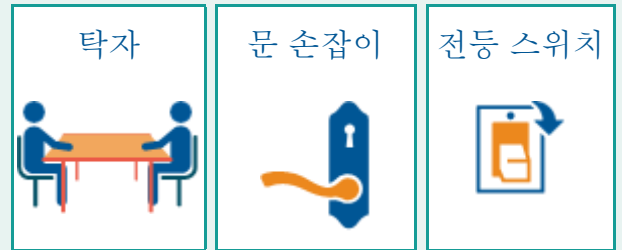
- 이 바이러스는 주로 감염된 사람이 기침이나 재채기 또는 말을 할 때 나오는 호흡기 비말을 통해서 한 사람으로부터 다른 사람에게 전염됩니다.
 - » 비말은 약 6피트 내의 근처에 있는 사람들의 입 또는 코에 내려앉을 수 있습니다.
 - » 증상이 나타나지 않는 사람도 COVID-19를 전염시킬 수 있습니다.
- 이 바이러스가 묻어 있는 특정 표면 또는 물건을 만지는 경우에도 이 바이러스에 **감염될 수 있습니다.**
- 동물과 사람은 서로에게 잘 전염시키지 **않습니다.**

모든 사람이 다음 예방 수칙을 지켜야 합니다

- 20초 이상 비누와 온수로 자주 손을 씻으십시오. 비누와 온수를 사용하지 못하는 경우에는, 손 소독제(알코올 함유량 60~95%)를 사용하십시오.
- 티슈나 팔꿈치로 가린 채로 기침과 재채기를 해 주십시오. 티슈를 사용한 경우, 티슈를 버리고 바로 손을 씻으십시오.
- 얼굴을 만지지 마십시오.
- 함께 거주하지 않는 사람들로부터 최소 6피트 거리를 떨어져 계십시오.
- 외출할 때는 천, 종이 또는 일회용 소재의 얼굴 가리개를 착용하십시오. 밖에 돌아다니는 사람이 많아졌으므로 얼굴 가리개가 바이러스 전파를 막는 데 도움이 될 수 있습니다.



- 손길이 자주 닿는 물건과 표면을 청소하고 소독해 주십시오. 매일 실천해 주십시오. 다음과 같은 표면이 여기에 해당됩니다.



2페이지에 계속

기타 중요 조치

- **자택에서 대기하십시오.** 숙박을 동반하는 여행은 자제하십시오. 거주하는 지역 바깥에 있는 장소로 오락 목적의 당일 여행을 가는 등 꼭 필요하지 않은 여행은 최소한으로 줄이십시오. 필수적인 서비스 목적으로 필요한 장소까지 최단거리로 이동하십시오. 용무 처리는 상대적으로 사람들이 덜 이용하는 시간대로 계획해 주십시오.
- **건강 상태가 좋지 않으면,** 자택에 대기하시고, 담당 의료 서비스 제공자에게 전화하여 지시에 따르십시오.
- **중증 합병증의 위험군에 해당되는 경우(만 65세 이상 또는 기저 질환 환자)** 건강 상태가 좋더라도 자택에서 대기하셔야 합니다.
- **사람이 많은 곳에서 아래와 같은 증상이 나타나기 시작했다면** 담당 의료 서비스 담당자에게 연락하십시오. 혹은, 집으로 돌아가서 자가 격리 하십시오.



발열



오한



기침



숨참 또는 호흡 곤란



피로감



근육통 또는
몸살



두통



미각 또는 후각
저하가 나타난
경우



인후염



코 막힘 또는 콧물



구역질 또는
구토



설사