

가정이나 지역사회에서 중동호흡기증후군 코로나 바이러스 MERS-CoV 의 전파를 방지하기

2015년 7월 20일

본 자료는 기본 정보만 제공합니다. 따라서 의학적 조언이나 진단 또는 치료 목적으로는 사용될 수 없습니다. 다이어트나 라이프스타일 또는 치료상의 변화를 피하기 전에 그리고 건강상 우려 사항이 있을 때에는 항상 의료전문가와 상담하시기 바랍니다.

MERS-CoV 는 신종 바이러스입니다. 이 바이러스에 감염 시 어떤 사람들은 아주 심하게 앓기도 하고 또 어떤 사람들은 그렇지 않을 수도 있습니다. 그러나 장기요양 중이거나 만성질환을 앓고 있는 노인과 환자들이 MERS-CoV 에 감염될 경우 때로는 심하게 앓다가 심지어는 사망할 수도 있습니다. 이 바이러스에 감염되면 통상 기침이나 열이 나는데 그중 일부는 병원에 입원을 해야 할 수도 있습니다.

만약

- 귀하가 의사로부터 MERS-CoV 검사를 받고 있는 중이거나 혹은 MERS-CoV 보균자이지만, 병원에 입원할 필요는 없을 경우,
- MERS-CoV 검사를 받고 있는 사람이나 MERS-CoV 보균자와 함께 살고 있는 경우, 본 자료가 중요하니 잘 읽고 이해하시기 바랍니다.

MERS-CoV 는 신종 바이러스이기때문에 그 이동 경로가 잘 알려져 있지 않습니다. 이 바이러스는 MERS-CoV 보균자가 기침을 할 때 이를 통해 전파된다고 생각됩니다. MERS-CoV 는 감염된 환자와 가까이 접촉하는 사람에게 전파되는데, 동거나 간호와 같은 상황도 여기서 말하는 가까운 접촉의 범주에 해당됩니다. 병원 내에서도 MERS-CoV 에 대한 적절한 조치가 취해지지 않을 경우에는 가까운 접촉을 통해 전파됩니다. 따라서 MERS-CoV 가 다른 사람에게 전파되지 않도록 하려면 적절한 조치를 취해야만 합니다.

메르스 바이러스(MERS-CoV) 보균자나 추정 보균자의 경우

다음 여러가지 조치를 통해 주변 사람들이 바이러스에 감염되는 것을 예방 할 수 있습니다.

- 의사가 알려주는 주의사항을 잘 따른다. 본 안내문에 대해 궁금한 점이 있을 경우에는 의사에게 질문하여 보건당국의 연락처 등 필요한 정보를 알아 놓는다.
- 외출을 하지 않는다. 대중 교통이나 택시를 이용하지 않는다. 직장, 학교나 공공장소에 가지 않는다.

- 집에서는 별도의 방을 사용하는 등 타인과의 접촉을 가능한 피하고, 별도의 화장실이 있다면 이를 공동으로 사용하지 않는다. 부엌이나 화장실 등 공용구역은 환기가 잘 되도록 하는데, 가능하다면 이들 공용구역의 창문은 항상 열어 놓는다.
- 기침이나 재채기를 할 때 가리고 한다. 기침이나 재채기를 할 때 가리거나 또는 코를 풀고 난 후 닦을 수 있도록 항상 휴지를 소지한다. 휴지가 없을 경우에는 손이 아닌 윗소매나 팔꿈치로 입이나 코를 가린다. 사용한 휴지는 안에 비닐 봉지를 덧댄 쓰레기통에 버리고 즉시 비누와 물로 손을 잘 씻는다. 쓰레기통을 비울 때에는 사용한 휴지와 접촉하지 않도록 주의한다.
- 손은 비누나 물을 사용하여 15 초 이상 자주 씻는다. 종이 타월이나 혼자만 사용하는 수건으로 손을 잘 닦아 준다. 비누와 물을 사용할 수 없거나 눈에 보기에 손이 더럽지 않을 경우에는 알코올 함유 손세정제를 사용한다.
- 집에 오는 방문자를 가급적 제한한다. 꼭 필요한 경우에만 방문을 허락하되 방문시간은 최대한 짧게 한다.
- 다른 사람과 한 방에 있을 경우에는 가능한 2미터 정도의 간격을 유지하고 마스크로 입과 코를 가린다. 귀하가 마스크를 착용할 수 없을 경우에는 당신이 있는 방으로 들어 오는 사람으로 하여금 반드시 마스크를 착용한 후 들어 오도록 한다.
- 의사에게 진료를 받기 위해 집에서 나가야만 하는 경우, 타인과 2미터 이내로 접근 시에는 마스크를 착용하여 입과 코를 가린다.
- 의료종사자 누구를 만나던 그 모두에게 귀하가 MERS-CoV 검사를 받고 있다거나 혹은 MERS-CoV 보균자라는 사실을 알린다. 귀하가 구급차를 이용해야만 할 경우에는 응급구조대에게도 그 사실을 알린다. 이렇게 함으로써 의료종사자들은 자기 자신뿐만 아니라 다른 사람들도 MERS-CoV에 감염되지 않도록 필요한 조치를 취할 수 있습니다.

MERS-CoV 보균자나 추정 보균자와 함께 거주하는 경우

MERS-CoV 보균자나 추정 보균자와 함께 거주하는 사람의 경우에는 다음과 같은 예방 조치를 통하여 자기 자신은 물론 타인도 가능한 한 바이러스에 감염되지 않도록 할 수 있습니다.

- 집에는 간호에 반드시 필요한 사람만 있도록 한다.
- MERS-CoV 검사를 받고 있는 사람이나 MERS-CoV 보균자를 실질적으로 간호하고 있지 않는 사람은 다른 곳에서 거주하도록 한다. 이것이 불가능할 경우에는 다른 방에서 거주하되 가능한 한 이들과의 접촉을 피한다.
- 노인이나 장기요양 또는 만성질환(당뇨, 심장, 폐 또는 신장 이상 등)을 앓고 있는 사람들은 이들로부터 격리한다. 이같은 만성질환자들은 MERS-CoV 감염시 그 증상이 악화될 수 있으므로, 만약 집에 이같은 고위험군에 속하는 사람이 있어 추가 정보가 필요할 경우에는 의사나 기타 의료종사자에게 연락한다.
- 이러한 사람들의 혈액이나 체액을 취급할 경우에는 마스크나 장갑을 착용한다. 체액에는 땀, 침, 구토물, 오줌 및 설사 등이 포함된다.
- 간호를 위해 마스크나 장갑을 사용할 경우 그 일이 끝나면 즉시 벗어서 쓰레기통에 넣는다. 장갑부터 먼저 벗은 후 비누와 물로 손을 잘 씻고 나서 마스크를 벗는다. 자기의 얼굴을 만진다거나 기타 다른 일을 한 다음에는 물과 비누로 손을 다시 씻는다.
- 접시나 유리잔, 컵, 식기, 담배, 수건, 침구 또는 기타 다른 물건은 이를 타인과 공유하지 않는다. 이같은 물건을 사용한 다음에는 비누나 세제와 따뜻한 물을 사용하여 반드시 잘 씻는다. 이때 일반 비누를 사용해도 무방하다.

- 집안에서 많이 접촉하는 구역은 일반 가정용 세제를 사용하여 매일같이 청소한다. 변기나 수도꼭지, 문 손잡이, 침대 옆 탁자 등 쉽게 더러워지는 곳은 더 자주 청소한다.
- 빨래는 충분히 잘 세탁한다. MERS-CoV 검사를 받거나 MERS-CoV 에 감염된 사람의 빨래라고 해서 다른 사람의 옷과 구분해서 처리할 필요는 없지만, 빨래를 할 경우에는 반드시 장갑을 착용한다. 장갑을 벗은 후에는 즉시 비누와 물로 손을 잘 씻는다.
- 다른 사람을 간호하느라 사용한 물건들도 이를 일반 쓰레기통에 같이 버릴 수 있다. 그러나 쓰레기통을 비울 때에는, 기 사용한 휴지 또는 장갑이나 마스크 같은 보호장비에 접촉하지 않도록 주의한다. 쓰레기통 안에 비닐 봉지를 사용하면 쓰레기를 보다 쉽고 안전하게 버릴 수 있다. 쓰레기통을 비운 다음에는 물과 비누로 손을 잘 씻는다.

귀하가 MERS-CoV 보균자를 간호한다거나 이들과 함께 살고 있는 경우 귀하는 'MERS-CoV 밀접 접촉자'로 간주됩니다. 해당지역 보건당국에서는 귀하 스스로 건강 상태를 모니터링하는 방법뿐만 아니라, 아프기 시작할 경우 취해야 할 조치, 보건당국에 연락하는 방법 등이 수록된 특별 안내문을 귀하에게 제공할 것입니다. 귀하가 MERS-CoV 밀접 접촉자일 경우 이를 의사 등 의료종사자에게 반드시 알려주시기 바랍니다.

기타 안내 사항

가능한 한 빨리 회복하게 필요한 조치를 취할 수 있도록, 의사나 보건당국이 귀하에게 안내하는 각종 지시사항은 이를 잘 따르시기 바랍니다. 귀하나 귀하의 집에 함께 거주하는 사람이 이 사항들을 잘 지킬 수 없을 경우에는 그 사실을 여러분의 의사나 지역 보건당국에 이야기하시기 바랍니다. 예를 들어 여러분이 마스크나 장갑을 갖고 있지 않을 경우에는 지역 보건당국에 문의하여 어디서 구할 수 있는지 알아보시기 바랍니다.

질문이 있거나 증세가 심해지는 경우에는 귀하의 의사나 보건당국에 연락하십시오.

Service Ontario(1-866-532-3161)에 전화를

하거나 www.phdapps.health.gov.on.ca/PHUlocator 에 있는 Ministry of Health and Long-Term Care 의 보건소 위치 찾기(public health unit locator tool)를 이용하면 여러분이 살고 있는 곳의 지역 보건당국에 대한 정보를 찾을 수 있습니다.