

하절기 손상질환 예방



DDBOM E&C
주식회사 **돋봄이앤씨**

학습목표

• 일반목표

- 하절기 발생 가능한 다양한 손상질환의 종류와 원인을 이해할 수 있다.
- 하절기 손상질환을 예방하기 위한 방법과 안전수칙을 숙지 할 수 있다.

• 세부목표

- 하절기에 발생가능성이 높은 온열 질환, 감염성질환 등에 대하여 발생 원인과 대처방법을 학습하여 질환 발생에 대한 전반적인 이해를 높이고 응급상황 발생 시 신속하고 적절하게 처치 할 수 있다.

목 차

1. 하절기 온열질환 예방관리
2. 하절기 감염성 질환 예방관리

제 1장.

하절기 온열질환 예방관리

하절기 온열 질환 주의 영상(안전보건공단 영상-0750)

본 영상은 실제 사례를 재구성하여 연출한 것으로, 촬영에 협조해 주신 사업장과는 무관합니다 | 촬영협조: GS건설(주)

하절기 온열 질환 예방관리

“온열질환”

폭염으로 발생하는 질환
어지럼증, 발열, 구토 등의 증상 동반

하절기 온열 질환 예방관리

온열질환 발생 현황

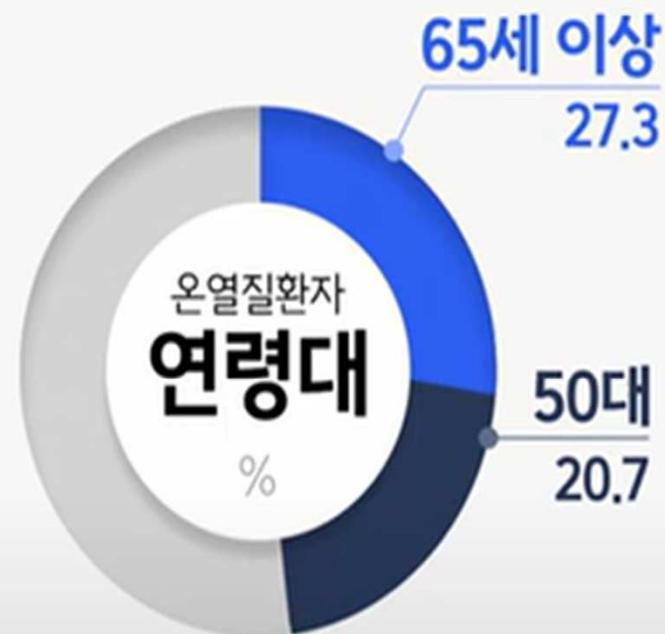
자료: 질병관리청 (5월 20일부터~) | 7월 29일 기준

누적 온열질환자

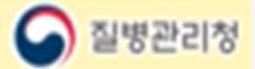
1,015명

누적 추정 사망자

10명



하절기 온열 질환 예방관리



폭염 시 야외작업 자제!

낮 12~오후 5시까지는 시원한 곳에 머물기

최근 10년간(2013-2022년) 온열질환 응급실감시체계 운영결과에 의하면,
온열질환자의 **45.8%**는 실외 작업장과 논밭에서 발생하였고,
53.1%는 낮 시간에 증상 발생

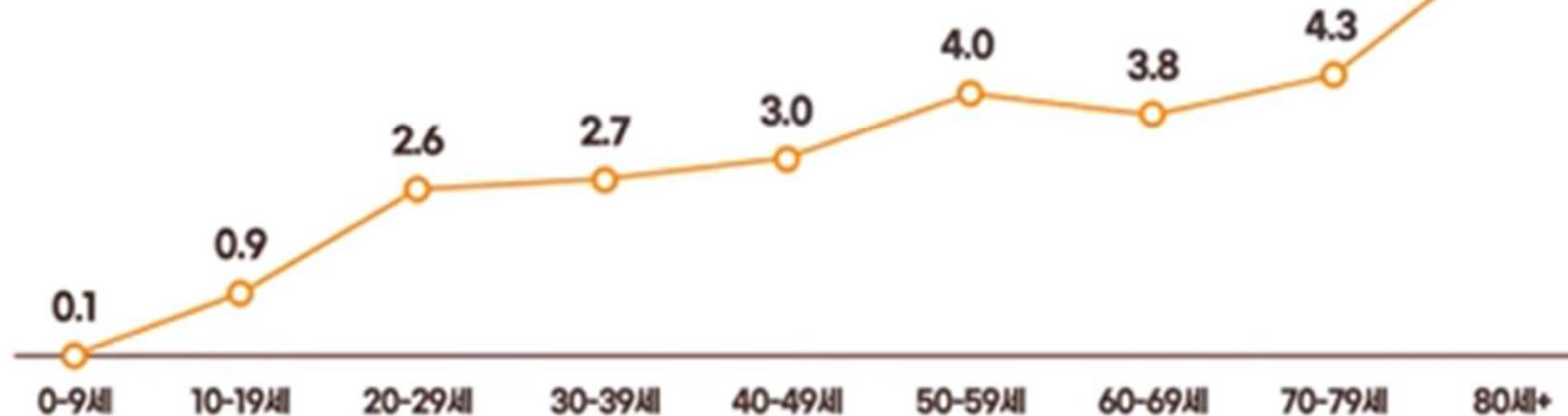


하절기 온열 질환 예방관리

80세 이상 고령층은 특히 주의 필요!

○ 인구 10만명당 온열질환자수

* 2022년 질병관리청 온열질환 응급실감시체계 운영 결과



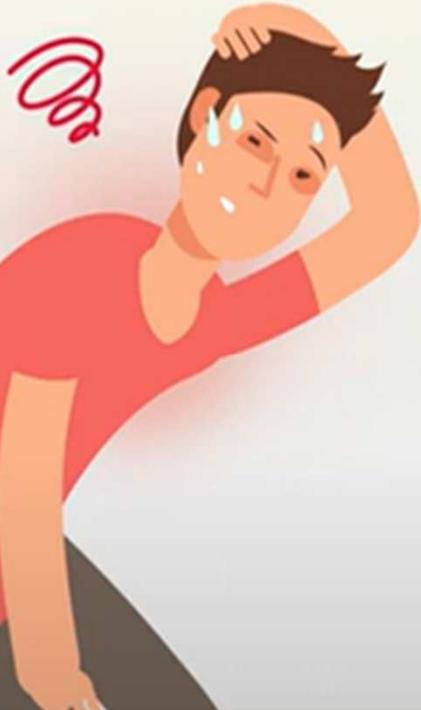
하절기 온열 질환 예방관리

연령별 온열질환자 추이



출처: 질병관리청, 5월 20일~7월 29일

하절기 온열 질환 예방관리



온열질환 대표 증상

어지럼증

발열

구토

근육 경련

빠른 맥박과 호흡

하절기 온열 질환 주의 영상(관련 언론보도-05.06)

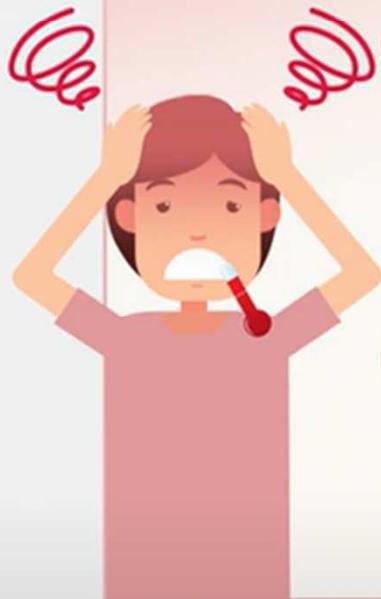


하절기 온열 질환 예방관리

무더위 속 온열질환 비상

일사병, 햇볕 노출 주원인

열사병



✓ 40℃ 이상 고열
땀은 나지 않음
의식장애·혼수상태

✓ 119 즉시 신고
체온 낮추는 등
신속한 조치

증상

일사병



✓ 37~40℃ 열 발생
땀 흘리며 안색 창백
근육경련·피로

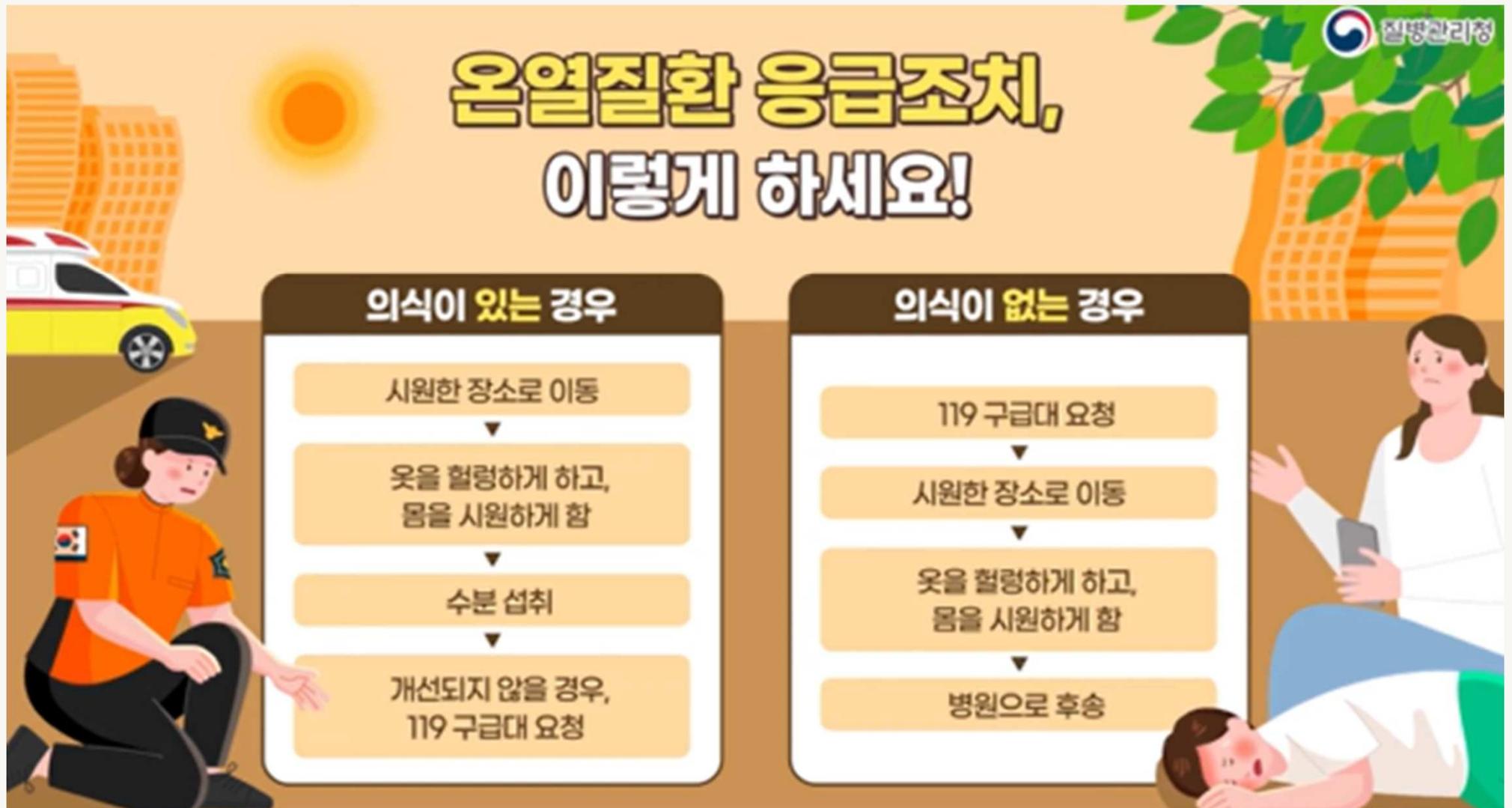
✓ 시원한 장소 휴식
수분 보충
시원한 물 샤워

조치

자료: 질병관리청

**의식 없을 때 물 마시게 하면
질식 위험 있어 절대 금지**

하절기 온열 질환 예방관리



The infographic is set against a background of a city street with a yellow ambulance on the left and a woman sitting on the ground with an unconscious person on the right. The sun is visible in the sky. The title '온열질환 응급조치, 이렇게 하세요!' is prominently displayed in the center. Two vertical flowcharts provide step-by-step instructions for different scenarios. The left flowchart is for '의식이 있는 경우' (conscious case) and the right for '의식이 없는 경우' (unconscious case). The right flowchart includes a step for '119 구급대 요청' (call 119) before moving to a cool location. The background also features a logo for '질병관리청' (Korea Disease Control and Prevention Agency) in the top right corner.

온열질환 응급조치, 이렇게 하세요!

의식이 있는 경우

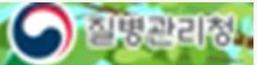
- 시원한 장소로 이동
- ▼
- 옷을 헐렁하게 하고, 몸을 시원하게 함
- ▼
- 수분 섭취
- ▼
- 개선되지 않을 경우, 119 구급대 요청

의식이 없는 경우

- 119 구급대 요청
- ▼
- 시원한 장소로 이동
- ▼
- 옷을 헐렁하게 하고, 몸을 시원하게 함
- ▼
- 병원으로 후송

하절기 온열 질환 예방관리

폭염대비 건강수칙 3가지



1 물 자주 마시기

- 갈증을 느끼지 않아도 규칙적으로 물 자주마시기
- * 신장질환자는 의사와 상담 후 섭취



2 시원하게 지내기

- 샤워 자주 하기
- 헐렁하고 밝은색의 가벼운 옷 입기
- 외출 시 햇볕 차단하기 (양산, 모자 등)



3 더운 시간대에는 활동 자제하기

- 가장 더운 시간대(낮 12시-오후 5시)에는 야외작업, 운동 등을 자제하고, 시원한 곳에 머물기
- * 자신의 건강상태를 살피며 활동강도 조절하기

하절기 온열 질환 예방관리

자료: 질병관리청

폭염 대비 건강 수칙

- ✓ 규칙적으로 충분한 **수분 섭취**
- ✓ 밝은색·헐렁한 옷 | 모자·양산 착용
- ✓ 더운 시간대 (12시~17시) **휴식하기**
- ✓ 불가피한 외출 시 **물 챙겨 나가기**
- ✓ 야외 작업 시 **여러 명이 같이 모여서 하기**



하절기 온열 질환 예방관리

3

폭염 재난 위기경보 단계(행정안전부)

구분	주요활동	비상단계
 관심 체감온도 31°C 이상	징후 감시활동	상시대비 단계
 주의 체감온도 33°C 이상 또는 폭염주의보	협조체계 가동	사전대비 단계
 경고 체감온도 35°C 이상 또는 폭염경보	대비계획 점검	
 위험 체감온도 38°C 이상	즉각 대응 태세 돌입	중대본 비상1단계
		중대본 비상2단계
		중대본 비상3단계

주의 단계 이상의 위기경보 발령 시 관내 폭염
상황전파 및 취약업종의 재해 발생 동향 파악

위험으로부터

[열사병 예방 3대 수칙]



[물]

시원하고 깨끗한 물 제공



[그늘]

작업장소 가까운 곳 그늘진
장소 마련, 시원한 바람 통하게 조치



[휴식]

폭염특보 발령 시 규칙적 휴식,
무더위 시간대 옥외작업 최소화



제 2장.

하절기 감염성 질환 예방관리

하절기 감염성 질환 예방관리

| 하절기 발생 가능한 감염성 질환의 종류

- 식중독
- 말라리아
- 조류 인플루엔자
- 여름철 유행성 눈병

하절기 감염성 질환 주의 영상(관련 언론보도-0207)

여름철 주의해야 할 감염질환

 YTN
science

하절기 감염성 질환 예방관리

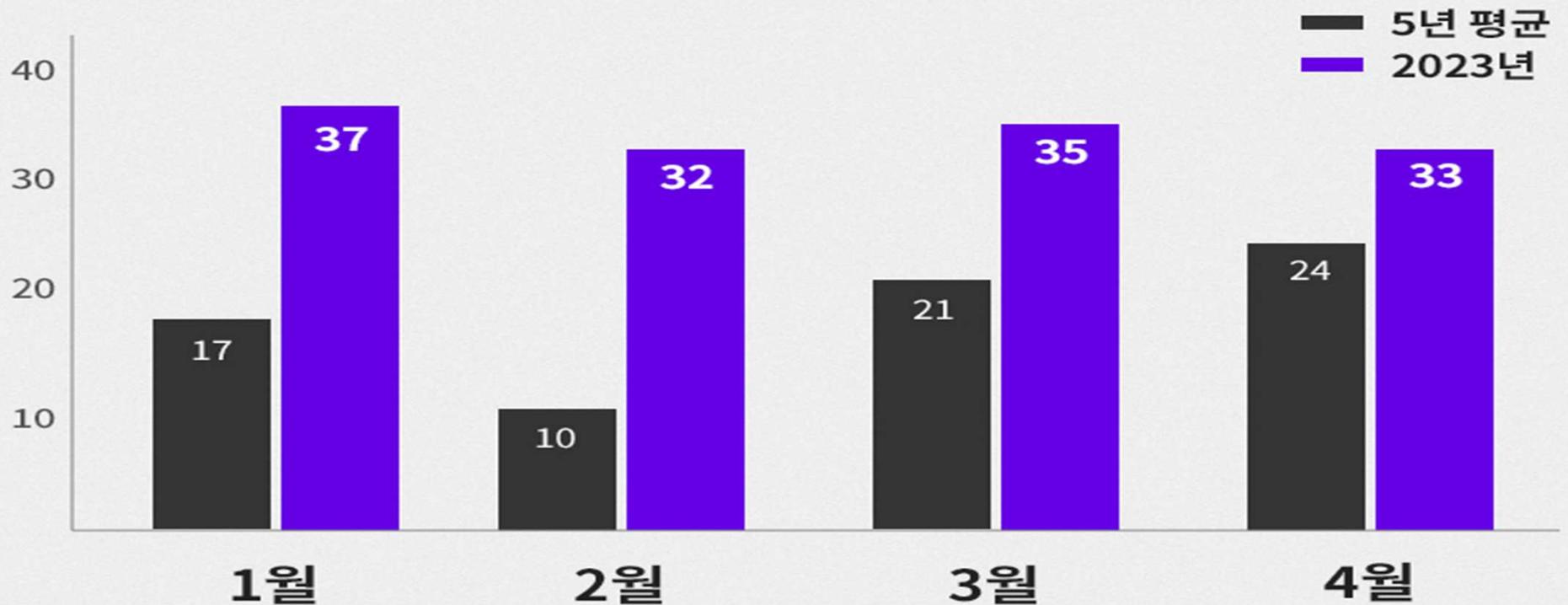
1. 식중독의 원인과 증상

2. 예방법

3. 대처법

하절기 감염성 질환 예방관리

세균성, 바이러스성 식중독 의심신고 건수



하절기 감염성 질환 예방관리

식중독의 분류



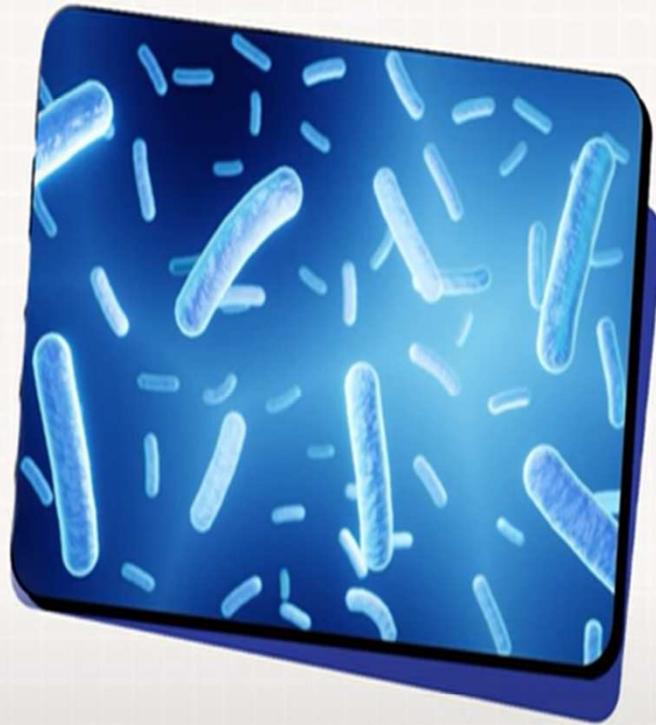
세균성 식중독



바이러스성 식중독

하절기 감염성 질환 예방관리

세균성
식중독



세균성 식중독

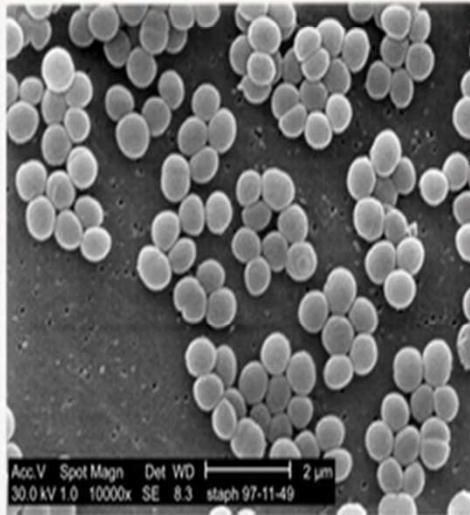
하절기 감염성 질환 예방관리

세균성
식중독



하절기 감염성 질환 예방관리

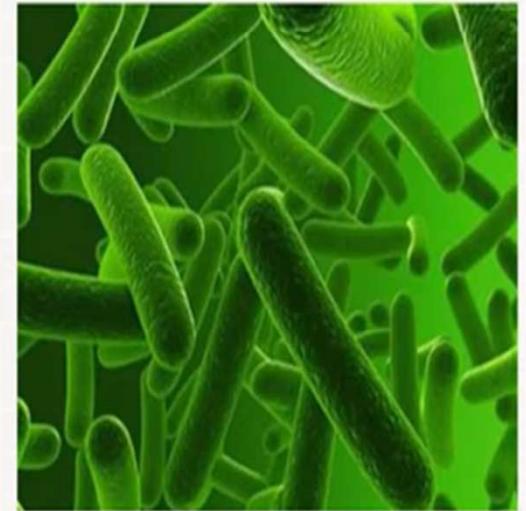
세균성
식중독



황색포도상구균



살모넬라



장염 비브리오균

하절기 감염성 질환 예방관리

황색
포도상구균



하절기 감염성 질환 예방관리

황색
포도상구균



100

하절기 감염성 질환 예방관리

황색
포도상구균



하절기 감염성 질환 예방관리

살모넬라



하절기 감염성 질환 예방관리

살모넬라



하절기 감염성 질환 예방관리

살모넬라



하절기 감염성 질환 예방관리

장염
비브리오팀균



하절기 감염성 질환 예방관리

장염
비브리오균



하절기 감염성 질환 예방관리

장염
비브리오팀균



하절기 감염성 질환 예방관리

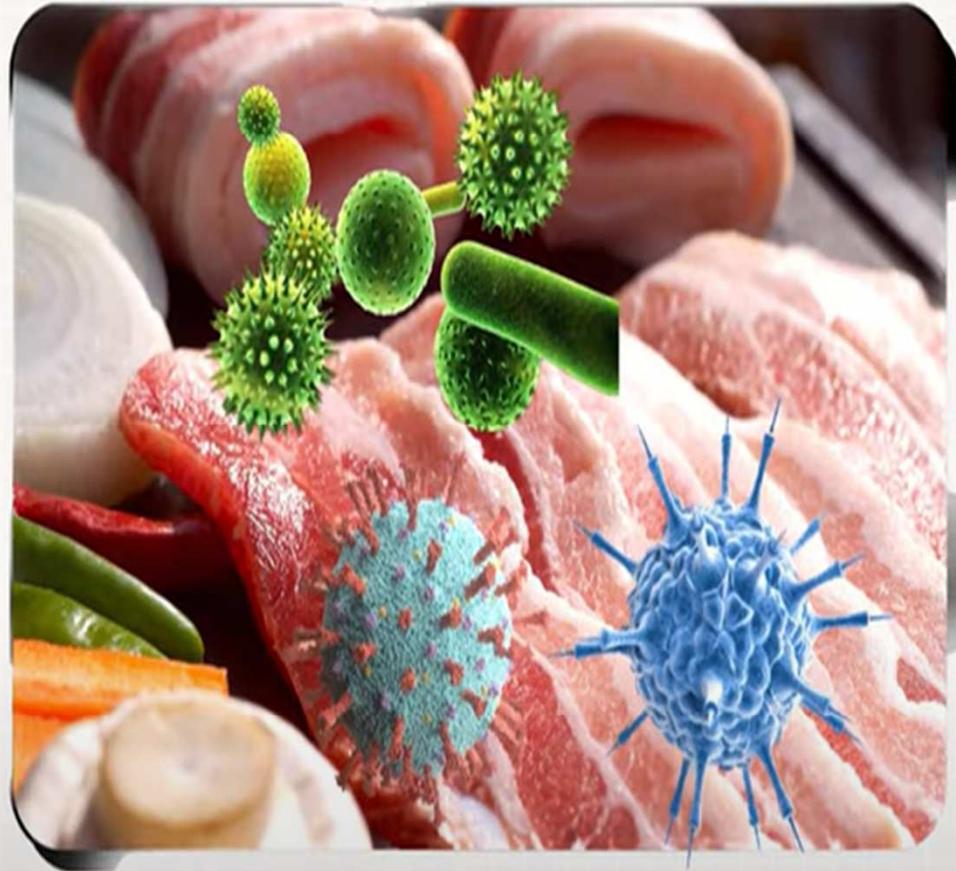
바이러스성
식중독



바이러스성 식중독

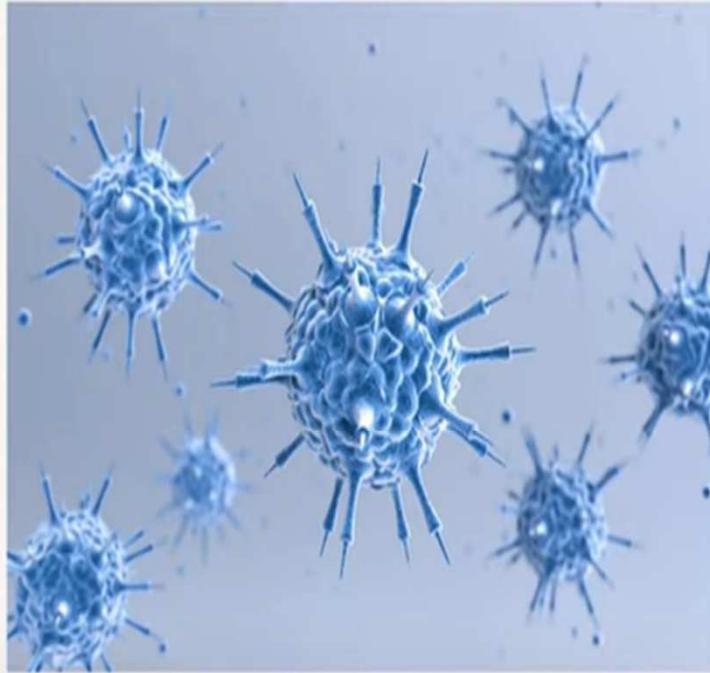
하절기 감염성 질환 예방관리

바이러스성
식중독



하절기 감염성 질환 예방관리

바이러스성
식중독



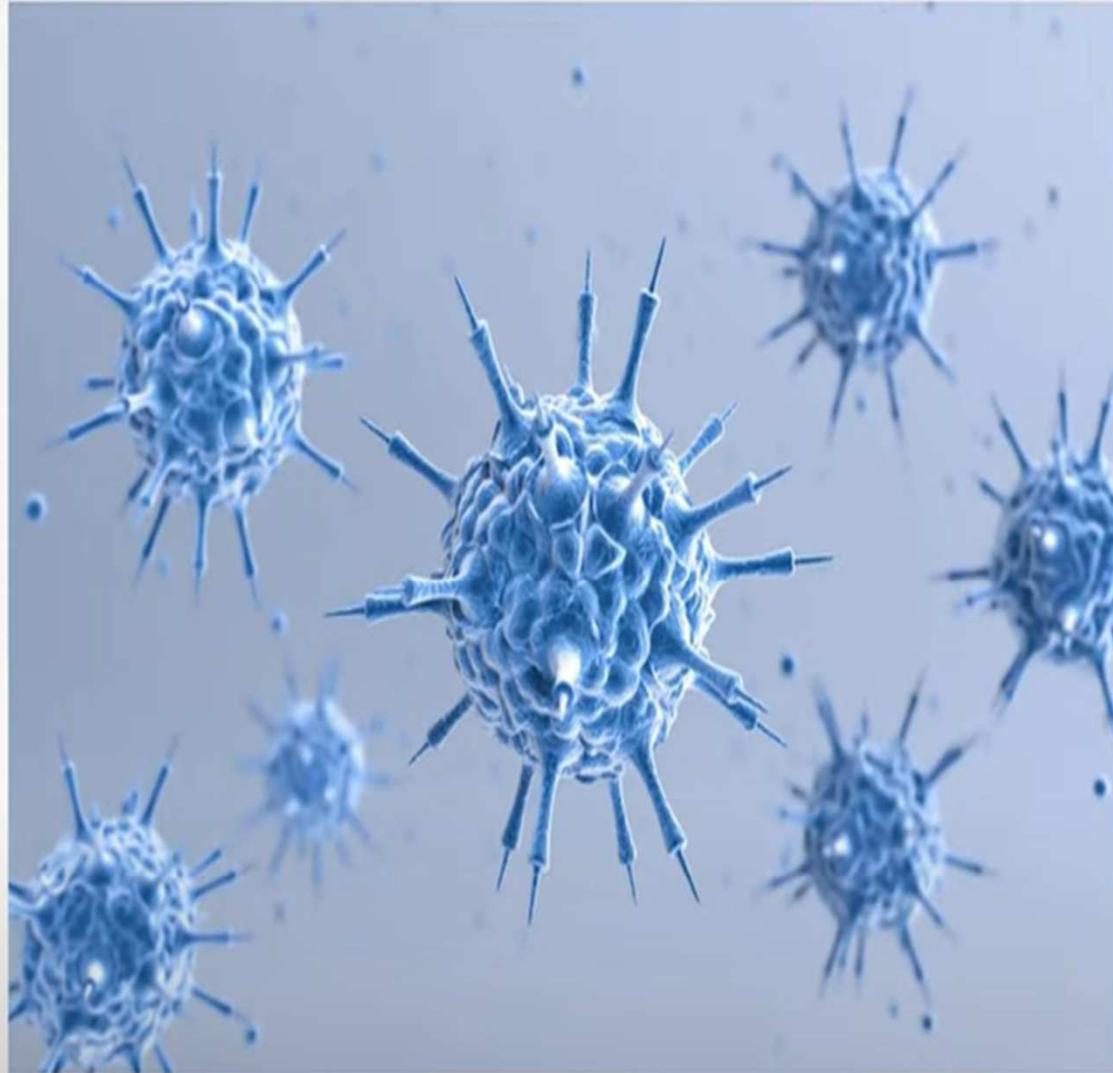
노로바이러스



로타바이러스

하절기 감염성 질환 예방관리

노로
바이러스



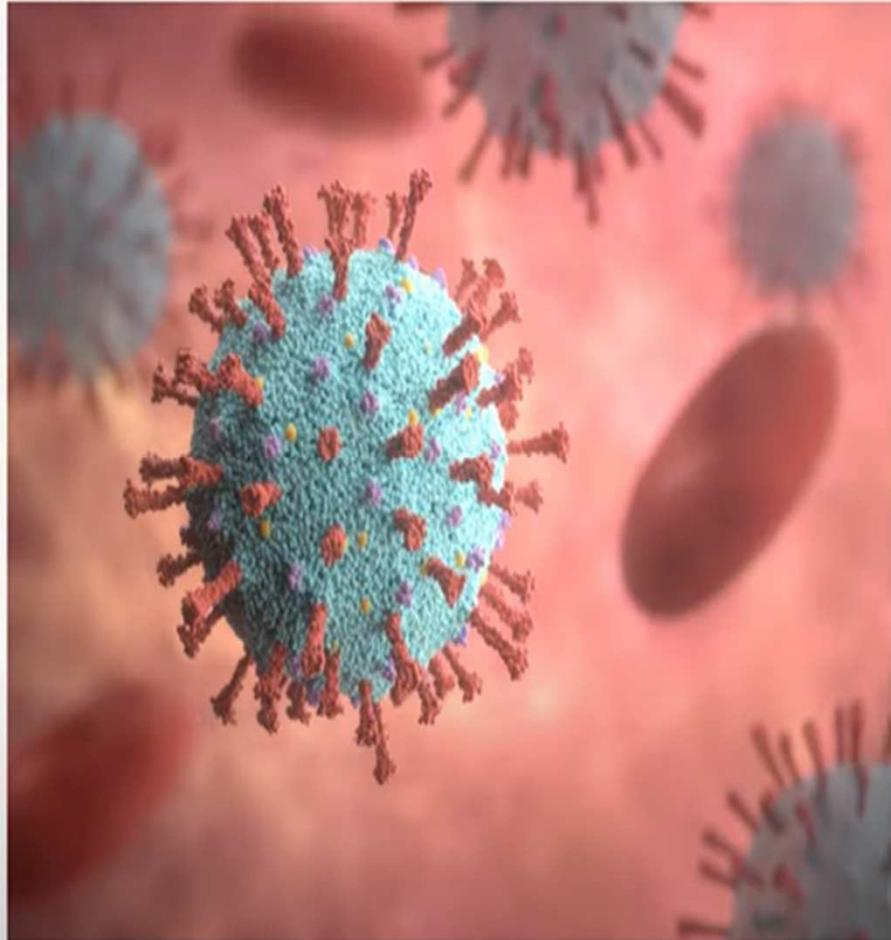
하절기 감염성 질환 예방관리

노로
바이러스



하절기 감염성 질환 예방관리

로타
바이러스



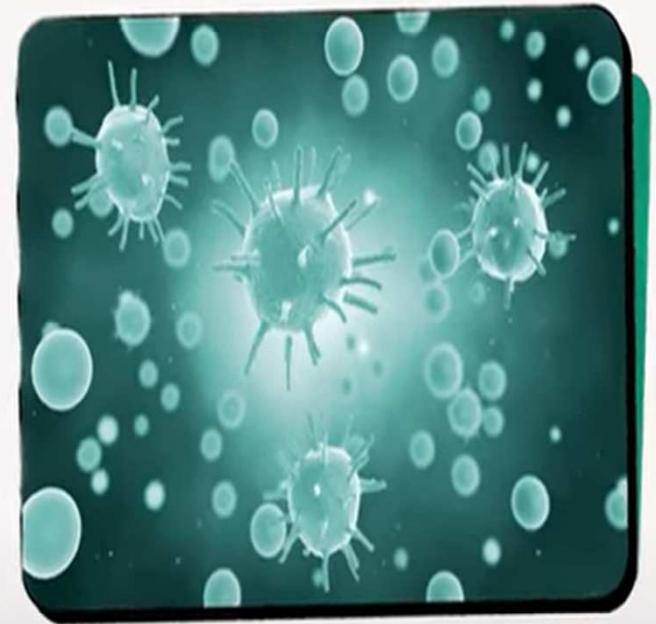
하절기 감염성 질환 예방관리

로타
바이러스



하절기 감염성 질환 예방관리

식중독
증상



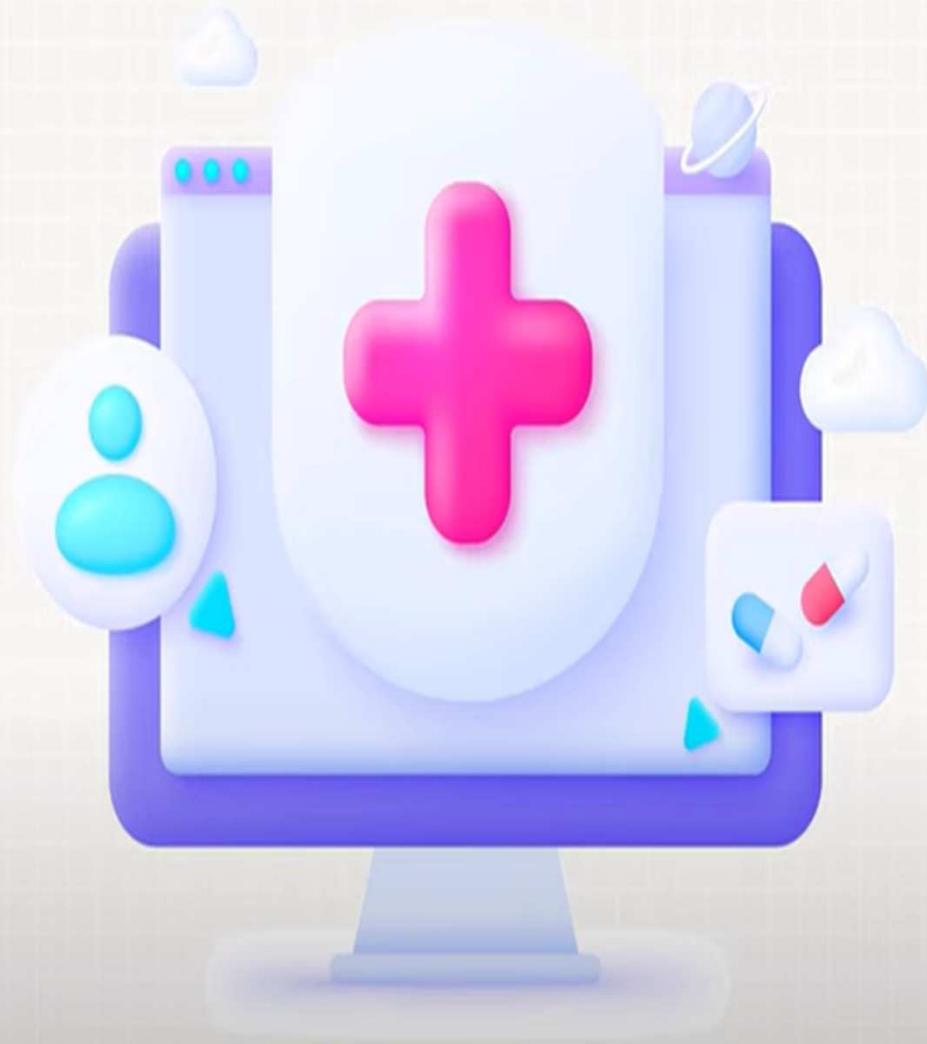
하절기 감염성 질환 예방관리

식중독
증상



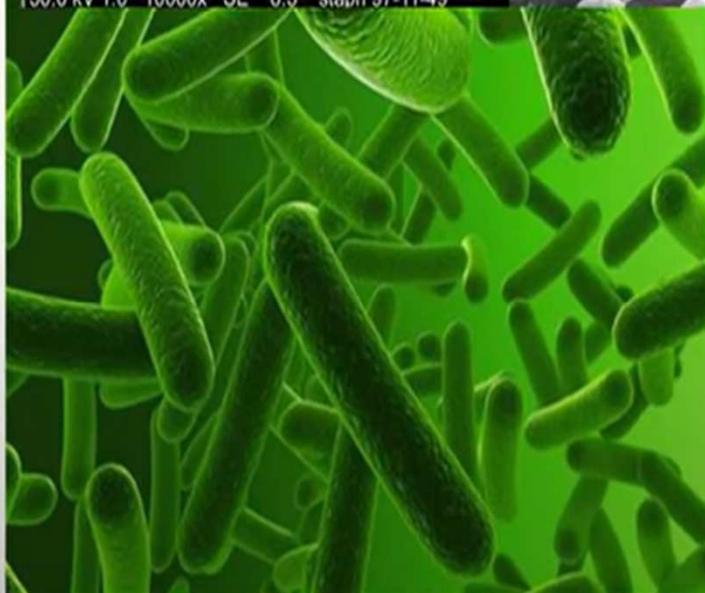
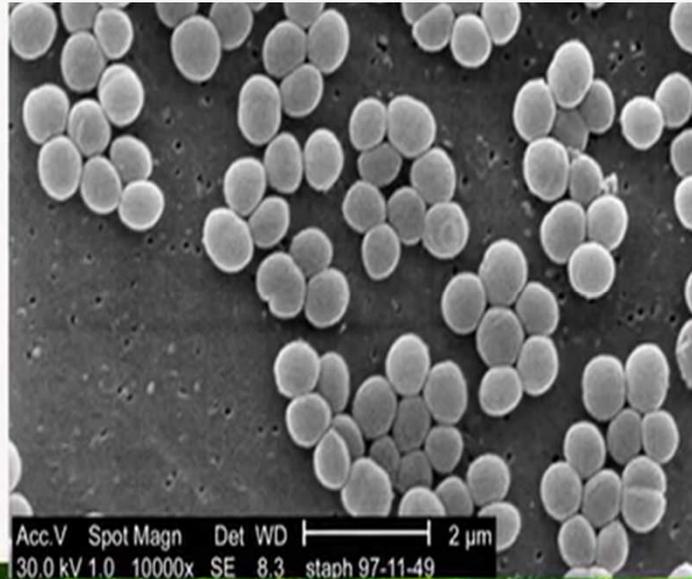
하절기 감염성 질환 예방관리

식중독
예방법



하절기 감염성 질환 예방관리

식중독
예방법



하절기 감염성 질환 예방관리

식중독
예방법



60



4

하절기 감염성 질환 예방관리

식중독 예방법



음식의
적절한 보관



신선한 재료
선택



손 씻기

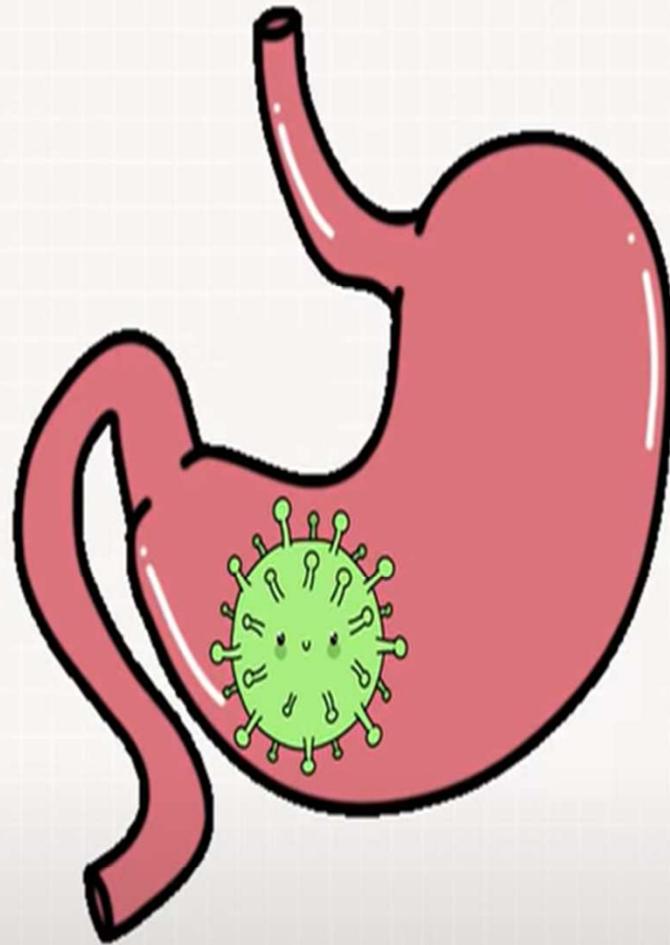
하절기 감염성 질환 예방관리

식중독
대처법



하절기 감염성 질환 예방관리

식중독
대처법



하절기 감염성 질환 예방관리

식중독
대처법



하절기 감염성 질환 예방관리

식중독
대처법



여름이 다가올수록 더욱 주의가 필요한
세균성 식중독!

식중독 6대 예방수칙 지키고, 예방하세요~



손 씻기

흐르는 물에 비누로
30초 이상 씻기



구분 사용하기

날음식과 조리음식 구분
칼·도마 구분 사용



익혀먹기

육류 중심온도 75°C
(어패류는 85°C)
1분 이상 익히기



세척·소독하기

식재료·조리기구는
깨끗이 세척·소독 하기



끓여먹기

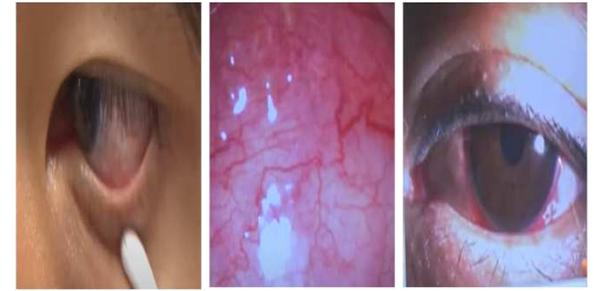
물은 끓여서 먹기



보관온도 지키기

냉장식품은 5°C 이하
냉동식품은 -18°C 이하

하절기 감염성 질환 예방관리



덥고 습한 여름철, 유행성 눈병 주의

유행성 눈병을

조심하세요!

(유행성각결막염, 아폴로눈병)



하절기 감염성 질환 예방관리

유행성각결막염

유행성각결막염이란?



아데노바이러스
(주로 8형, 19형, 37형)

아데노바이러스로 인해 발생하는
전염성 강한 바이러스성 결막염

증상

- ① 눈곱, 이물감, 눈꺼풀 부종, 양안의 출혈, 동통, 눈물, 눈부심
- ② 각막 상피하 점상 혼탁
- ③ 3~4주 지속됨

(어린이의 경우)
고열, 인후통 등의 전신증상 동반 가능

잠깐!

각막 상피하 점상 혼탁이란?

각막 상피 아래쪽에 생기는 점상으로 인한 혼탁

하절기 감염성 질환 예방관리

유행성각결막염

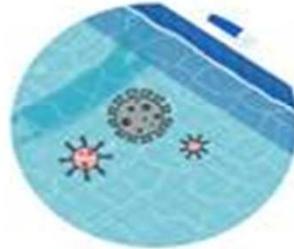
전파 경로



직접 접촉



간접 접촉



물을 통한
전파

발병 후 약 **2주간**은 전염력 있음

합병증

시력저하

안구건조증 (보통 6개월 지속)

눈꺼풀과 결막의 유착 발생,
눈꺼풀 처짐 등

바이러스 잠복기

5~14일

하절기 감염성 질환 예방관리

아폴로눈병 (급성출혈성결막염)

아폴로눈병이란?



콕사키바이러스 A24 Variant형,
엔테로바이러스 70형에 감염되어 발생하는
바이러스성 출혈성 결막염

증상

- 1 갑작스러운 이물감, 충혈, 눈부심, 다량의 눈물
- 2 안검부종, 결막부종, 결막여포 등
- 3 결막하 출혈 (7~12일에 걸쳐 흡수됨)
- 4 깃바퀴 앞 림프절 종창 발생 가능

잠깐!

결막하 출혈이란?

눈의 흰자위를 감싸는 얇은 막인
결막의 혈관에 출혈이 생기는 증상



하절기 감염성 질환 예방관리

아폴로눈병 (급성출혈성결막염)

전파 경로



직접 접촉



간접 접촉



물을 통한 전파

합병증



드물게, 엔테로바이러스 70형은
발병 후 6~12개월 후 사지마비
또는 뇌신경마비 발생 가능

바이러스 잠복기 (엔테로바이러스 70형) 평균 24시간 / (콕사키바이러스 A24 V형) 48~72시간

하절기 감염성 질환 예방관리

대상자별 예방 수칙

<환자>



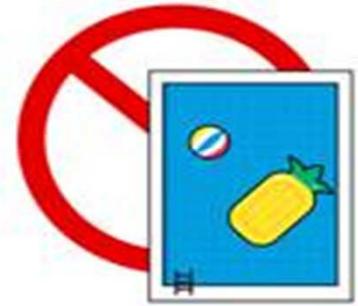
눈에 이상이 있을 경우,
만지지 말고 즉시
안과 진료 받기



눈병이 발생한 경우,
타인과 접촉 금지



안약은 감염된 눈에만
점안하며 타인과
공유하지 않기



다중이용시설
(수영장, 목욕탕, 학원 등)
사람이 많이 모이는 장소
가지 않기

하절기 감염성 질환 예방관리

대상자별 예방 수칙

<일반>



흐르는 물에 비누나
세정제로 **30초 이상** 손씻기
*특히 전화기, 마우스, 문고리 등을
만진 경우 즉시 손씻기



눈을 만지거나
비비지 않기



수건, 베개, 담요, 안약,
화장품 등 개인 소지품 등을
다른 사람과 함께 사용하지 않기
*특히, 주변에 눈병환자가 있을 경우
수건, 비누를 환자와 따로 사용하기

하절기 감염성 질환 예방관리



대상자별 예방 수칙

질환 예방 및 관리를 위한 일반사항



원아에게 올바른 손씻기
철저히 교육하기



원아에게 눈을 만지지
않도록 교육하기



수건과 이불, 컵 등은
개인용으로 사용하게 하기



원아의 눈에 이상이 있을 경우,
손으로 만지지 않게 하고
즉시 안과 진료 받게 하기



유행성 눈병 환자는
완쾌될 때까지 집에서 쉬도록
권장하기

질의응답

자유롭게 질문하세요 😊

■ 돋봄이앤씨

▷ esimsa4@naver.com

▷ 044 - 862 - 0381

THANK YOU

(주)돋봄이앤씨

세종특별자치시 한누리대로 1962, 507호~510호(소담동,법조타운B)

TEL. 044) 862 - 0380 ~1 FAX. 044) 862 - 0382

Homepage. www.dodbom.co.kr