

신종 플루일 때에는 집에서 쉬기

신종 플루에 걸렸을 경우 집에서 쉬십시오. 자녀가 아플 경우 집에서 휴식을 취할 수 있도록 미리 대비하십시오.

신종 플루에 걸렸을 때 집에서 쉬어야 하는 이유

신종 플루는 기침이나 재채기로 다른 사람에게 전염될 수 있습니다. 열이 나는 동안과 열이 내린 후 24시간이 다른 사람에게 전염될 가능성이 가장 높은 시기입니다.

전염성이 가장 높은 시기



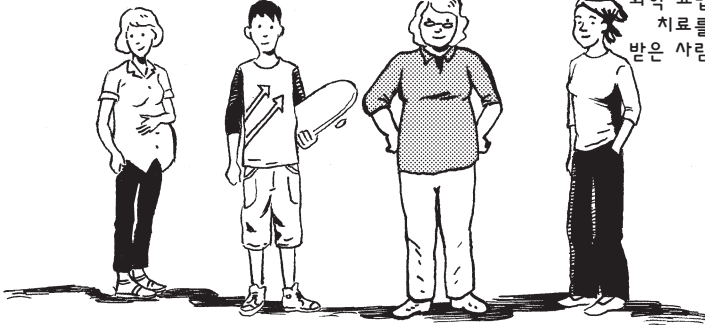
열이 나는 동안



열이 내린 후 24시간

다른 질병을 가진 사람이 신종 플루에 걸릴 경우, 그 위험성은 더 커집니다.

임산부 천식이 있는 사람 50세 이상 최근에 화학 요법 치료를 받은 사람



신종 플루에 걸릴 위험이 높은 사람들도 건강해 보일 수 있습니다.

바이러스를 전염시킬 수 있는 상황인데도 학교나 기타 모임에 나가는 것은 다른 사람들을 큰 위험에 빠뜨리는 일입니다.



매일 아침 학교나 유치원에 가기 전 아이가 괜찮은지 확인해 보십시오

기본 증상:

고열

화씨 100° 이상



그리고 다음 증상 중 하나:

기침

또는

인후통



그렇다면, 귀하의 자녀는 신종 플루에 감염되었을 가능성이 있습니다. 다른 증상으로는, 콧물, 몸살 기운, 설사, 구토 등이 있습니다

자녀가 아플 경우 자녀 치료를 위해 다음과 같은 방법을 고려하십시오:

그럼, 오후에 아이를 봐주실 수 있겠습니까?

네. 괜찮아요.



친척, 친구나 이웃에게 도움을 요청하세요.

고맙습니다! 내일은 제가 아이들을 볼게요.



이웃 간의 공동 육아 네트워크를 만들어 보십시오. 아이들을 돌아가면서 봐주는 소규모 패밀리 그룹이 있는지 찾아보십시오.