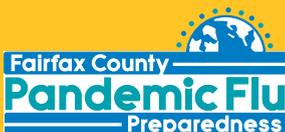
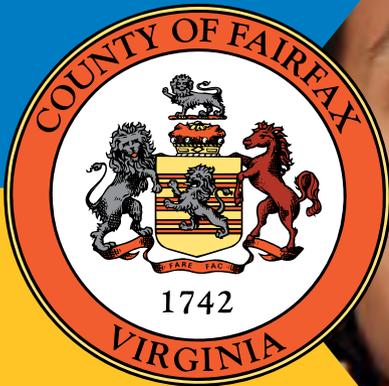


# 나와 타인을 위한 배려 계절성 및 유행성 인플루엔자

## Fairfax-Falls Church 공동체를 위한 예방 가이드

향후의 참조를 위해  
이 안내서를 보관하십시오



## 보건 담당 디렉터로부터의 메시지

주민 여러분께

Fairfax 카운티 정부는 전세계적으로 유행성 독감인 인플루엔자가 확산될 경우에 대비하여 인플루엔자 대응 계획을 수립했습니다. 이 계획에는 저희 지역사회 내에서 최대한 확산을 막고 보건 및 중요한 지역사회 서비스를 유지하기 위해 우리 카운티가 취할 조치가 설명되어 있습니다.

유행성 독감이 우리 지역사회에 미칠 전체적인 영향은 예측할 수 없지만 매년 발생하는 계절성 독감으로 인해 우리가 경험하는 것보다 훨씬 더 많은 질병과 사망을 유발할 수도 있다는 것을 잘 알고 있습니다. 유행성 독감은 현대에 우리 사회가 직면했던 어떤 비상 상황과도 다를 것이며 보건 업계 및 기타 사회 분야에 미치는 영향은 상당할 것으로 예상됩니다.

다음 유행성 독감이 언제 발생할지 예측할 수는 없지만 대비를 한다면 충격을 줄이는 데 도움이 될 것입니다. Fairfax 카운티 정부는 모든 카운티 기관 및 주변 도시와 마을, 민간 부문, 지역 병원, 의료 단체, 종교 단체 등이 함께 준비에 임하도록 참여시켜 왔습니다.

유행성 독감 대비는 정부만의 문제가 아닙니다. 주민들 자신과 가족도 이에 대한 준비를 할 책임이 있습니다. 이 참조 안내서는 인플루엔자에 대해 이해하고 독감 퇴치를 위해 자신과 타인을 보호하는 방법에 대해 배우며, 자신과 타인의 질병을 관리하는 방법을 찾으며, 병원에 가야 하는 시기를 판단하고, 장기간 지역사회에 만연할 수 있는 유행성 질병 또는 기타 긴급 상황에 대해 자신과 가족이 대비하는 방법을 파악하는 데 도움이 될 것입니다.

손을 씻는 일은 인플루엔자를 포함하여 많은 질병의 확산을 막을 수 있는 가장 중요하면서도 가장 쉬운 행동입니다. 이 안내서의 14 페이지에는 손 씻기의 중요성을 강조하며 언제 어떻게 씻어야 할지에 대한 지침이 제공되어 있습니다. 모든 사람들이 손을 올바르게 자주 씻는 방법을 익힐 수 있었으면 합니다.

이 안내서를 주의 깊게 읽으시고 가족 중 인플루엔자 환자가 발생할 경우에 대비해 참조용으로 보관해 주십시오.

**Gloria Addo-Ayensu, M.D., M.P.H.**

보건 담당 디렉터

Fairfax 카운티 보건부



# 본 안내서의 목차

## 인플루엔자 - 독감

페이지 2

- 인플루엔자에 대하여
- 인플루엔자는 어떻게 확산되는가
- 독감의 일반 증세
- 인플루엔자와 관련된 합병증

## 인플루엔자로부터 자신과 타인 보호

페이지 4

## 인플루엔자 관리

페이지 7

- 가정에서의 자가 치료
- 병원에 가야 하는 경우

## 유행성 독감 대비

페이지 10

- 예상되는 영향
- Fairfax 카운티 대응 계획
- 개인과 가족의 대비

## 손 씻기 안내

페이지 14

## 긴급 상황 정보

페이지 16

# 인플루엔자 - 독감

## 인플루엔자에 대하여

독감이라고도 하는 인플루엔자는 인플루엔자 바이러스가 원인으로 서 호흡기(코, 목, 폐)를 통해 감염되는 전염성이 매우 강한 질병입니다.

**계절성 인플루엔자**는 이미 사람들 사이에 순환되고 있는 바이러스가 원인입니다. 대부분의 사람들은 약간의 면역을 가지고 있으며 독감 예방을 위해 백신을 이용할 수도 있습니다. 미국에서 독감 시즌은 일반적으로 늦가을에 시작되어 겨울 또는 이른 봄까지 지속됩니다.

조류 독감이라고도 하는 **A.I.(Avian influenza)**는 야생 조류 사이에서 자연적으로 발생하는 바이러스가 원인입니다. 이 바이러스(예: H5N1)는 조류에서 사람에게 전파될 수도 있습니다. 인간에게는 면역이 없으며 백신도 없습니다.

**유행성 독감**은 전세계에 퍼져 나가는 새로운 독감 바이러스가 원인이 된 질병을 말합니다. 이 독감은 인체의 자연적 면역이 거의

없으므로 사람들 사이에서 쉽게 전염됩니다. 새로운 바이러스 종류를 식별해야 백신을 만들 수 있는데 이는 최고 6개월이나 걸릴 수 있으므로 유행성 독감으로부터 보호할 준비된 백신이 없습니다. 현재 인체의 유행성 독감은 없습니다.

## 인플루엔자는 어떻게 확산되는가

인플루엔자 바이러스가 확산되는 주요 방식은 감염된 사람이 기침, 재채기 또는 말할 때 사람들 사이에서 전염되는 경우가 대부분입니다. 독감을 앓고 있는 사람이 기침이나 재채기를 하면 바이러스가 포함된 작은 방울이 공기 중으로 분무됩니다. 감염된 미세 입자를 들이 마시거나 그러한 입자가 있는 표면을 만진 다음 눈, 코, 입 등을 만지면 감염됩니다.

## 독감의 일반 증세

독감의 증상에는 고열, 마른 기침, 인후 통증, 콧물, 두통, 근육

통, 극도의 무기력감 등이 포함됩니다. 또한 어린이들은 메스꺼움, 구토, 설사 등이 있을 수도 있습니다.

감염된지 1-4일 후에 증상이 나타나는 것이 일반적입니다. 처음 증상이 나타나기 전날부터 증상이 나타난 5일후까지 전염성(다른 사람에게 바이러스가 전파)이 있을 수 있습니다. 감염된 어린이는 1주일 이상 바이러스를 전파시킬 수 있으며 면역 체계가 약해진 성인의 경우도 마찬가지입니다.



일반적으로 계절성 독감은 일반 감기보다 심각하며 증상도 더욱 심합니다. 감기에 걸린 사람들은 콧물이 흐르거나 코가 막힐 수 있지만 일반적으로 심각한 건강상의 문제는 나타나지 않습니다. 유행성 인플루엔자는 계절성 독감보다도 훨씬 심각하며 사망의 원인이 되는 경우가 더 많습니다.

## 인플루엔자와 관련된 합병증

인플루엔자는 세균성 폐렴, 탈수증, 심장기능 상실 등 심각한 합병증을 유발하는 경우도 있습니다. 합병증에 걸릴 위험이 가장 많은 사람은

- 2세 미만의 어린이
- 65세 이상의 성인
- 면역 체계가 약하고 천식, 유행성 심장기능 상실, 당뇨병 등의 만성 질병에 걸린 사람

매년 미국에서 20만 명 이상이 독감의 합병증으로 입원하며 약 36,000명이 사망합니다.

# 인플루엔자로부터 자신과 타인 보호

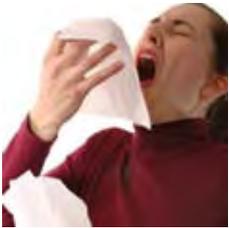


- **매년 독감 백신을 접종하십시오.** 인플루엔자 바이러스는 지속적으로 변화하므로 매년 새로운 백신이 개발됩니다. 백신은 지역사회에 만연한 가장 흔한 인플루엔자 종류로부터 보호해줍니다. 백신은 독감과 관련된 합병증 및 심각한 질병에 걸릴 위험이 높은 사람들이 인플루엔자 감염 위험을 줄이려고 할 때 권장됩니다.

**기침이나 재채기를 할 때는 티슈나 소매로 가리십시오. 손에 직접 기침하거나 재채기를 하지 마십시오.**

현재 독감 주사와 코에 사용하는 스프레이 등 두 가지 종류의 백신이 있습니다. 독감 주사는 6개월 이상의 모든 사람이 사용할 수 있습니다. 5-49세 사이의 사람들 중에서 임신을 하지 않았거나 면역 체계가 약한 사람들은 스프레이식 독감 백신을 이용할 수 있습니다. 매년 접종하는 독감 백신은 계절성 독감에만 효과가 있으며 유행성 인플루엔자에 대해서는 효과가 없습니다.

- 기침이나 재채기를 할 때는 티슈나 소매로 가리십시오. 사용한 티슈는 버리고 손을 씻으십시오. 손에 직접 기침하거나 재채기하지 마십시오.



- 손을 씻으십시오. 기침, 재채기, 티슈 사용, 용변 후, 공공 장소의 표면(문 손잡이, 쇼핑 카트 등)을 만진 후에는 손을 씻으십시오. 독감에 걸린 사람이나 그 사람의 집 또는 방 주변 물건에 접촉한 경우 손을 씻도록 하십시오.

눈, 코, 입을 만지거나 콘택트 렌즈를 착용하거나 음식 준비를 하기 전에 손을 씻으십시오. 페이지 14의 손 씻기 안내를 참조하십시오.



비누나 물이 없을 경우, 알코올 성분의 손 세정제를 사용하십시오.

**마스크 사용에 대한 안내는 상세한 정보를 입수하는 대로 수정될 수 있습니다.**

- 몸이 아픈 사람과 가까이 접촉하지 않도록 하십시오. 가능하다면 기침 및 재채기를 하는 사람과 6피트 이상 거리를 두도록 하십시오.

가까이 접촉해야만 하는 경우(예: 가정에서 아픈 사람을 돌보는 경우), 마스크(바이러스가 있을 수 있는 작은 입자를 들이마시지 못하도록 설계된 마스크)를 착용하도록 하십시오. 마스크는 얼굴에 딱 맞아 대부분의 공기가 여과 소재를 통과하여 흡입되도록 해야 합니다. N95 이상의 숫자를 가진 마스크가 가장 효과적인 것으로 입증되었습니다.

- 아플 때는 외출하지 마십시오. 다른 사람들에게 전염되는 것을 방지하는데 도움이 될 것입니다. 독감으로 몸이 아픈데 다른 사람들과 가까이 접촉해야 할 경우, 마스크를 착용하도록 하십시오.



- 사람이 많은 곳은 피하십시오. 유행성 독감이 만연한 동안에는 가능하다면 사람이 많은 곳을 피해 독감 확산을 제한하십시오. 사람이 많은 곳에 가야 할 경우 마스크를 착용하고 독감 환자와 함께 사는 경우 여러분이 감염 초기 단계일 수 있으므로 마스크를 착용하십시오. 건강 상태가 양호하며 사람이 많은 장소에 가야만 할 경우에도 마스크를 착용할 수 있습니다.

# 인플루엔자 관리

## 가정에서의 자가 치료

- **고열, 두통, 근육통.** 아세트아미노펜 또는 이부프로펜을 사용하십시오. 포장지에 있는 사용법에 따르거나 의사의 권장 사항을 따르십시오. 아스피린은 심각한 부작용 때문에 의사가 특별히 처방한 경우가 아니라면 18세 미만의 어린이가 사용할 수 없습니다. 2세 미만 유아에게 고열이 있을 경우 의사에게 문의하십시오.
- **구토 및 설사.** 물, 주스, 스포츠 드링크나 유아용 수분 공급 용액과 같은 전해질이 포함된 용액을 다량 마시도록 하십시오. 카페인을 함유한 커피, 차, 콜라 등의 음료는 체내의 수분이 배출되도록 하므로 피하십시오.
- **기침.** 기침 때문에 수면이나 식사에 방해가 된다면 기침 억제제를 사용하십시오. 제품 라벨을 확인하거나 사용할 제품, 부작용, 용량 등에 대해 담당 의사나 약사에게 문의하십시오. 모든 약품은 지침에 따라서만 사용하도록 하십시오.
- **코막힘.** 코막힘 제거제를 사용하십시오. 코 스프레이가 도움이 될 수 있지만 2-3일 이상 사용하지 않도록 하십시오. 제품 라벨을 확인하거나 사용할 제품, 부작용, 용량 등에 대해 담당 의사나 약사에게 문의하십시오. 모든 약품은 지침에 따라서만 사용하도록 하십시오.
- **인후 통증.** 물을 많이 마시고 인후 드롭스를 먹고 따뜻한 소금물로 입을 헹군 다음 소금물을 뱉어냅니다. 가슴기로 공기 중에 수분을 공급하십시오. 말을 되도록 삼가하십시오.
- **항바이러스성 약품.** 의사가 항바이러스성 약을 처방해줄 수 있습니다. 항바이러스성 치료의 효과를 높이려면 발병한 후 2일 이내에 치료를 시작해야 합니다. 인플루엔자로 인한 심각한 합병증에 걸릴 위험이 높은지 의사에게 확인해 보십시오. 유행성 독감이 만연하는 동안 현재의 항바이러스성 약품이 유행성 독감에 얼마나 효과가 있을지, 또는 그것을 사용할 수 있는지 등을 알 수 없습니다.
- **일반 치료.** 충분한 휴식을 취하고 다량의 물을 마시고 술과 담배를 피하십시오.

# 어린이와 청소년이 병원에 가야 할 경우

자녀의 상태나 행동에 이상이 있다고 판단될 경우  
의사에게 진찰을 받으십시오.

자녀가 진찰을 받아야 하는 상태:	응급실로 가야 할 자녀의 상태:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 100.4°F (38°C) 이상의 고열</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 100.4°F (38°C) 이상의 고열</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 쉼 목소리나 짓는 듯한 기침, 귀를 잡아 당기는 행동</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 호흡 곤란(그르렁거림, 거친 숨소리, 너무 빠르거나 느린 호흡, 호흡할 때 갈비뼈 사이의 근육 당김)</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 식욕 및 물 섭취 감소</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 먹거나 마시지 않음</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 의학적 치료가 필요한 심장 또는 폐질환 이력</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 창백하거나 입술, 손, 발 등이 푸른색이거나 다리에 오한이 느껴지는 증상</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 면역 체계를 약화시키는 질병 또는 치료 이력</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 지속적인 구토 및/또는 설사</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 오래 울면서 진정되지 않음</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 무배뇨 - 아기의 경우, 8시간 동안 기저귀에 소변을 배출하지 않음</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 활동 감소, 활발하게 놀지 않음</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 평소보다 많이 자고 일어나지 못하며 정신이 약간 혼미하거나 반응이 없음</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 인후 통증, 두통, 복통, 이통 등과 고열을 동반한 복합적 증상</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 발작을 일으킴</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 아스피린을 정기적으로 복용해야 하는 의학적 상태</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 두통, 목의 빠근함, 빛에 대한 민감한 증상을 포함하여 통증의 징후가 보일 경우</li> </ul>

# 성인이 병원에 가야 하는 경우

성인의 상태나 행동에 이상이 있다고 판단될 경우  
의사에게 진찰을 받으십시오.

성인이 진찰을 받아야 하는 상태:	응급실로 가야 할 성인의 상태:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 48시간 이상 100.4°F (38°C) 이상의 고열</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 호흡 곤란 또는 통증</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 증세가 호전되지 않는 이후 통증, 두통, 심각한 귀의 통증, 복통, 근육통 등과 고열이 결합된 복합적 증상</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 쉬는 동안에도 숨가쁜 느낌</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 쇠목소리, 짓는 듯한 기침</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 기침할 때 혈액이 섞인 가래 또는 점액이 나옴</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 의학적 치료가 필요한 심장 또는 폐질환 또는 기타 만성 질환의 이력</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 창백하거나 입술, 손, 발 등이 푸른색이거나 다리가 차가운 증상</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 면역 체계를 약화시키는 질병 또는 치료 이력</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 지속적인 구토 및/또는 설사</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 나른함, 일어나기 힘들거나 반응이 없는 증상</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 방향 감각이 없거나 혼돈하는 증상</li> </ul>

# 유행성 독감 대비



## 예상되는 영향

- 유행성 인플루엔자는 20~30 년마다 발생합니다. 1년 이상의 기간 동안 여러 차례 발병합니다. 한 번 발병할 때마다 6-12개월 동안 지속됩니다. 모든 유행성 독감은 서로 다르며 바이러스가 만연되기 전에는 완전한 영향을 예측할 수 없습니다. 하지만 수많은 사람들에게 심각한 질병을 유발하고 사망에 이르게 할 수도 있다는 것은 잘 알고 있습니다.
- 유행성 독감은 많은 사람들의 일상 생활을 방해합니다. 보건 및 기타 의료 서비스에 제한이 생기며 기업과 학교가 문을 닫아야 할 수도 있습니다. 공공 집회나 여행에 제약이 있을 수도 있습니다. 기초적인 정부 서비스(물, 전력, 위생 등)에도 차질이 생길 수 있습니다.
- 지역사회에서 질병의 확산을 제한하기 위해 공공 보건 담당자는 분리(건강한 사람으로부터 아픈 사람을 분리)하고 격리(아직 발병하지 않았지만 질병에 노출되었기 때문에 질병을 퍼뜨릴 가능성이 있는 사람을 격리하고 이동을 제한)할 수 있습니다. 분리와 격리는 자발적이거나 법률 집행 기관에 의해 강제적으로 할 수 있습니다.

# Fairfax 카운티 대응 계획

유행성 독감이 지역사회에 미치는 잠정적 영향을 줄이기 위해 Fairfax 카운티 정부는 지역사회 파트너와 협력하여 신속하게 대응하기 위한 종합적인 계획을 수립했습니다. 지역사회 파트너에는 학교, 의료 기관, 기업체, 비영리 및 종교 기관 등이 포함됩니다.

Fairfax 카운티 유행성 인플루엔자 대응 계획은 카운티 정부가 유행성 독감의 유행 중 및 후에 대응하는 방법에 대한 안내를 제공하고 있습니다. 본 계획의 목적:

- 질병 발생을 억제하고 관리
- 환자 및 사망자의 수를 제한
- 중요한 정부 기능을 지속하고 유지
- 사회적 혼란을 최소화
- 경제적 손실을 최소화

이 계획은 Fairfax 카운티 웹사이트 [www.fairfaxcounty.gov/emergency/pandemicflu](http://www.fairfaxcounty.gov/emergency/pandemicflu)에서 확인할 수 있습니다.

## 개인과 가족의 대비

### 가족 차원의 계획 수립



- 독감에 걸렸을 때의 대처 방법과 가정에서 치료할 때 필요한 사항 등에 대해 가족이나 친지와 이야기를 하십시오.
- 가족을 치료해줄 보조 간병인을 지정하십시오.
- 학교나 보육원 등이 문을 닫을 경우 아이를 돌보는 계획을 미리 세워두십시오.
- 회사의 병가 및 재택 근무 규정에 대해 알아 두십시오.

- 비상시 연락처 및 본 가이드를 가족 모두가 이용할 수 있는 장소에 보관하십시오.
- 의료 서비스, 교통, 은행, 가게, 전기 및 수도, 정부 기관 근무 등이 중단되는 상황에 대비해 계획을 세우십시오.
- 가족, 친구, 이웃 등과 미리 계획을 세우고 합의를 하도록 하십시오.

## 가정에서의 준비



- 2주 분량의 물과 식량을 집에 마련해 두십시오. 즉석에서 먹을 수 있는 통조림 고기, 과일, 야채, 콩, 스프, 단백질이나 과일 스낵 바, 건조한 시리얼이나 그라놀라, 땅콩버터, 견과류, 건조시킨 과일, 크래커, 주스 캔 또는 박스, 병에 담긴 식수, 통조림 또는 병에 든 아기 식품이나 분유, 애완동물 사료 등을 마련해 두십시오.



- 담당 의사와 보험 회사에 처방 약품을 추가로 얻을 수 있는지 확인해 보십시오.
- 의학적 요구에 따라 디지털 체온계, 글루코스 및 혈압 관리 장비, 통증 완화제, 위장약, 기침 및 감기약, 스포츠 드링크나 유아용 수분공급 용액과 같은 전해질 등 건강 및 의료 공급품을 마련해 두십시오.
- 기타 구비해야 할 건강 및 응급 물품에는 비누, 알코올 성분의 손 세정기, 손전등, 배터리, 휴대용 라디오, 수동 캔따개, 휴지통, 티슈, 폐이퍼 타올, 화장실 휴지, 1회용 기저귀 등이 있습니다.

**응급 물품의 유효기간을 확인하고 필요한 경우 교체하도록 하십시오.**

## 정보에 귀기울이기



- Fairfax 카운티의 CEAN(Community Emergency Alert Network: 커뮤니티 비상 정보 네트워크)에 가입하여 [www.fairfaxcounty.gov/cean](http://www.fairfaxcounty.gov/cean)에서 해당 지역의 긴급 상황에 대해 최신 뉴스를 받아보십시오

이메일, 휴대폰, 비파, 위성 전화, 무선 PDA 등 등록된 모든 장치로 메시지가 전달될 것입니다. 자세한 내용은 Fairfax 카운티 긴급상황 관리 사무실에 703-324-2362, TTY 711로 문의하십시오.

- 유행성 질병 대처 방법에 대해 자세한 정보를 원하실 경우, 다음을 방문하십시오.

- Fairfax 카운티의 유행성 독감 웹 페이지 - [www.fairfaxcounty.gov/emergency/pandemicflu](http://www.fairfaxcounty.gov/emergency/pandemicflu)
- Fairfax 카운티 보건부 - [www.fairfaxcounty.gov/hd](http://www.fairfaxcounty.gov/hd)
- 미국 보건복지부 - [www.pandemicflu.gov](http://www.pandemicflu.gov)
- 질병 관리 및 예방 센터(Centers for Disease Control and Prevention) - [www.cdc.gov](http://www.cdc.gov)

- 업데이트된 녹음 메시지를 들으려면 Fairfax 카운티 정부 긴급 정보 라인에 703-817-7771, TTY 711로 문의하십시오.
- 기타 정보는 Fairfax 카운티 케이블 채널 16에서 확인할 수 있습니다.



# 손 씻기 안내



## 손을 씻는 방법

- 미지근하거나 뜨거운 물로 시작한다.
- 비누로 비누 거품을 만든다.
- 손을 약 20초 동안 꼼꼼하게 문지른다.
- 손바닥, 손등, 손가락 사이, 손톱 밑을 문지른다.
- 잘 헹군 다음 페이퍼 타올로 수도꼭지를 잠근다.
- 손을 완전히 건조시킨다.

## 손을 씻어야 할 경우

### 다음 활동 후 반드시 손을 씻으십시오.

- 화장실 사용
- 기저귀 교체
- 기침, 재채기 또는 티슈 사용
- 식사, 음료 마시기 또는 흡연
- 자상, 화상, 피부의 감염 부위를 만진 경우
- 생고기나 가금류를 만진 경우
- 동물을 만진 경우
- 문 손잡이와 같은 공공 장소의 표면과 접촉한 경우

### 다음 활동 전 반드시 손을 씻으십시오.

- 눈, 코 또는 입을 만지기 전
- 콘택트 렌즈를 넣거나 뺄 때
- 음식 준비
- 식사

손 씻기 표지(영어 및 스페인어)는 보건부에서 무료로 입수할 수 있습니다. 703-246-2411, TTY 703-591-6435로 연락하거나 보건부 손 씻기 웹 페이지 [www.fairfaxcounty.gov/hd/handwashing](http://www.fairfaxcounty.gov/hd/handwashing)를 방문하십시오. 이 표지판을 공공 장소의 화장실 및 세면대 위에 붙여 놓으십시오.

## 긴급 상황 정보

응급시 연락처 정보를 적어두고 가족 모두가 알 수 있는 장소에 보관하십시오.

연락처	이름/전화 번호
개인 긴급 연락처 현지 연락처	
개인 긴급 연락처 외부 연락처	
가족 주치의	
약사	
자녀의 보육 시설 및/또는 학교	
베이비시터	
수의사	
애완동물 보호자	
회사	
이웃	
보험회사 및 증서 번호	
기타 중요한 전화 번호	
Fairfax 카운티 보건부	703-246-2411, TTY 703-591-6435
긴급 연락처 - 경찰, 화재, 응급차	9-1-1, TTY 9-1-1
비긴급 상황	703-691-2131, TTY 703-204-2264

# 자신과 가족을 위한 중요한 건강 정보

다음 차트를 작성하고 모든 가족들이 알 수 있는 장소에 보관하십시오.

가족	혈액형	알레르기 (약품, 음식, 환경 물질)	과거/현재의 의학적 상태	현재 복용하는 약/용량

Fairfax County Health Department  
10777 Main Street  
Fairfax, VA 22030  
703-246-2411  
TTY 703-591-6435  
[www.fairfaxcounty.gov/hd](http://www.fairfaxcounty.gov/hd)



### A Fairfax County, Va., publication

Fairfax 카운티는 모든 카운티 프로그램, 서비스, 활동을 차별 없이 평등하게 이용할 수 있도록 하기 위해 노력합니다. 이 문서에 포함된 정보는 요청하시면 다른 형식으로도 제공됩니다. 다른 형식을 요청하려면 보건부에 703-246-2411, TTY 703-591-6435로 연락하십시오.