

이번 가을과 겨울도 건강하게 보내세요

이 계절에는 아주 많은 바이러스의 활동이 활발해집니다. 특히 코로나 19(COVID-19), 인플루엔자(Flu) 및 호흡기 세포융합 바이러스(RSV)에는 주의하셔야 합니다.

징후 및 증상

- 발열
- 기침
- 몸살
- 콧물
- 두통
- 인후염
- 피로
- 미각 또는 후각 상실

(코로나 19에서 보다 일반적이 증상)



예방

- 물과 비누로 손을 씻습니다. 비누와 물이 없다면, 손소독제를 사용합니다.
- 이러한 백신은 바이러스로 심각한 병을 앓거나 바이러스(들)를 전염시키지 않도록 보호해줍니다. 제공되는 백신은 코로나 19, 인플루엔자 및 RSV 백신 등이 있습니다.
- 마스크는 나 자신은 물론 다른 사람들도 보호해줍니다. 특히 다음의 경우 마스크를 착용해야 합니다:
 - 몸이 아프지만, 집에서 외출해야 할 필요가 있을 경우,
 - 몸이 아픈 다른 사람을 돌보아야 할 경우,
 - 심각한 증상을 경험할 위험이 높은 사람들 주변에 있을 경우.
 - 많은 사람들과 실내에 있는 경우, 특히 이러한 질병이 지역사회에 증가하고 있을 때.
- 바이러스로 인해 심각한 증상을 보이는 사람이 있는 반면, 전혀 그렇지 않은 사람도 있을 수 있습니다. 그러나 바이러스에 걸린 모든 사람이 바이러스를 전염시킬 수 있습니다.
- 몸이 아프면 집에 머무르면서 휴식을 취하고 증상이 악화된다면 담당 의사에게 연락해 주십시오.



치료

- 일부 사람들은 의사로부터 약을 처방받아야 할 수 있습니다. 바이러스에 따라 필요한 처방약은 정해져 있습니다.
- 일부 사람들은 의사로부터 약을 처방받아야 할 수 있습니다. 바이러스에 따라 필요한 처방약은 정해져 있습니다.
 - 숨쉬기가 곤란해진 경우
 - 열이 있는데, 전혀 내려가지 않는 경우.
 - 나이 또는 기저 질환으로 인해 코로나 19, 인플루엔자 또는 RSV로 심각한 증상을 경험할 위험이 높은 경우. 담당 의사는 그러한 바이러스를 퇴치하고 보다 빠르게 증상을 회복할 수 있도록 해주는 약을 처방해드릴 수 있습니다.

확신이 서지 않는다면, 의사에게 문의해주시요.

참고 자료

- 코로나 19에 관한 정보를 알아보시려면, www.coronavirus-sd.com을 방문해주시요.
- 인플루엔자와 예방접종 서비스에 관한 정보와 가까운 예방접종 클리닉을 알아보시려면, 본 부서 [예방접종 클리닉 웹페이지](#)를 방문하시거나 QR 코드를 스캔해주시요.
- RSV에 관한 정보를 알아보시려면, 본 부서 [RSV 웹페이지](#)를 방문해주시요.
- 담당 의료 제공자나 의료보험이 없으시다면, www.211sandiego.org를 방문하거나 2-1-1로 연락해주시요.

