

영유아기에 흔한 감염병 '수족구병' 알고 예방하자!

영유아기에 흔하게 발병하는 수족구병은 급성 바이러스 질환으로 사람 간의 접촉에 의해 전파되기 때문에 어린이집 처럼 집단생활에서 전파될 가능성이 높다고 할 수 있습니다. 감염병인 수족구병을 정확히 알고 가정에서도 예방수칙을 준수하여 우리 아이들의 건강한 생활을 도와주시기 바랍니다.

수족구병이란?

코사카바이러스, 엔테로바이러스 등에 감염되어 입 안의 물집과 궤양, 손과 발의 수포성 발진이 생기는 급성 바이러스 질환으로 현재까지 수족구병에 대해서는 백신이나 치료제가 개발되지 않아 감염을 예방하는 것이 가장 중요합니다.

수족구병은 어떻게 전염되나요?

- 감염된 사람의 대변 또는 분비물(침, 가래, 코, 수포의 진물 등)과 직접 접촉 또는 이러한 것으로 오염된 물건(수건, 장난감, 집기 등) 등을 통하여 전파됩니다.
- 발병 첫 주에 가장 전염성이 크지만, 증상이 사라진 후에도 몇 주간 계속해서 전염시킬 수 있습니다

우리 아이 수족구병일까?

- 처음에는 발열(보통 24-48시간 지속), 식욕부진, 인후통, 무력감 등으로 시작
- 발열 1~2일 후 구강 내(혀, 잇몸, 뺨의 안쪽, 입천장 등)에 통증성 피부병변이 나타남
 - 작고 붉은 반점으로 시작하여 수포(물집)이 되고 종종 궤양으로 발전
 - 혀와 구강 점막, 인두, 구개, 잇몸, 입술 등에 수포가 발생해서 나중에 궤양으로 변할 수 있음
 - 주로 손, 발, 손목, 발목, 엉덩이, 사타구니 등에 홍반, 구진, 혹은 수포, 농포 양상을 보이며 통증을 동반
- 처음 2-3일 동안 증상이 심해지는데 열이 발생하고 아이가 잘 먹지 못하다가 3-4일이 지나면 호전되기 시작하여 대개 7-10일 내에 저절로 없어짐
- 영유아의 경우 구내염 통증으로 인해 타액을 삼킬 수 없는 경우 탈수 증상을 보임
- 수족구병에 걸려 회복되어도 다시 재감염 가능



수족구병 예방수칙 - 개인의 위생관리가 최선의 예방



올바른 손씻기의 생활화

- 흐르는 물에 비누로 30초 이상 손 씻기
- 외출 후, 배변 후, 식사 전후, 기저귀 교체 전후 등

기침예절

- 기침할 때는 휴지나 옷소매 위쪽으로 입과 코 가리기
- 기침 후 반드시 올바른 손씻기



청결(소독)한 환경관리

- 아이들의 장난감, 놀이기구, 집기 등을 청결(소독)하게 관리



타인과의 접촉 최소화

- 수족구병 환자와 접촉 피하기
- 수족구병이 의심되면 바로 의료기관에서 진료받고 타인과 접촉 최소화
- 수족구병에 걸린 경우 열이 내리고 입의 물질이 나올 때까지 어린이집에 가지 말것을 권장함

