

SI(돼지독감)

자신을 보호하세요. 다른 사람들도 보호하세요.

- 기침을 할 때는 손으로 가리고 하십시오.
 - 독감 바이러스의 전파를 막기 위해, 기침이나 재채기를 할 때 티슈로 입과 코를 막고 하세요. 사용한 티슈는 쓰레기통이나 휴지통에 버려 주세요.
 - 티슈가 없을 경우에는 옷소매로 가리고 기침이나 재채기를 하세요.
- 손을 씻으십시오.
 - 매일 자주 손을 깨끗이 씻으세요. 특히, 기침이나 재채기를 한 다음, 물건을 만진 다음, 악수를 한 다음에 꼭 손을 씻으세요. 비누와 따뜻한 물로 적어도 10~20초 동안 손 위의 모든 부분 즉, 손가락 마디, 손가락 사이사이, 그리고 손톱 밑까지 구석구석 깨끗이 닦으세요. 비누로 씻은 후에는 깨끗이 물로 닦은 뒤 종이 타올로 물기를 닦아 내세요.
 - 물이 없을 경우에는, 손 세정제로 손을 닦아 주세요.
 - 손을 깨끗이 해야 감염을 막을 수 있습니다!
- 불필요한 만남을 피하십시오.
 - 만약 몸 상태가 좋지 않으면, 다른 사람에게 전염되지 않도록 직장이나 학교에 가지 말고 집에서 쉬세요.
 - 아픈 사람과 만나는 일을 삼가 하도록 하십시오.
 - 눈, 코, 입을 만지지 않도록 하십시오. 눈, 코, 입을 통해 감염됩니다.
 - 학교 휴교에 관해서는 공중 보건 지침을 따르십시오. 군중을 피하고, 기타 사회 모임을 자제 하세요.
- 청결을 유지하십시오.
 - 보통의 세정 물품(예; 가정용 세제 및 살균제, 표백제, 알코올 등)을 사용하여 매일 공용으로 사용하는 물건 및 작업 구역을 깨끗이 하세요. 만약 해당 물건이나 구역이 오염되어 있다고 간주될 경우 더 자주 세척하세요.
 - 세척목록에는 다음과 같은 물품들이 포함됩니다.

- | | |
|-----------------------|--------------------|
| ● 전화기 | ● 온도조절기 (자동온도조절장치) |
| ● 컴퓨터 (스크린, 키보드, 마우스) | ● 복사기 버튼, 팩스 |
| ● 책상 및 카운터 | ● 문 손잡이 |
| ● 의자 및 팔걸이 | ● 회의실 장비 |
| ● 전등 스위치 | ● 변기 물내림 레버 |

