

(Korean version)

조류독감 보고서

조류독감

병원체

조류독감(H5N1)은 인플루엔자(유행성 독감) A의 일종으로 조류에만 감염되는 것으로 알려져 있었으나 홍콩에서 1997년에 18건, 2003년에 2건의 인체 감염 사례가 있었다.

증상

조류독감(H5N1)은 다른 인플루엔자 바이러스와 유사하게 열, 기침, 콧물, 인후통, 두통, 근육통 등의 증상을 동반하지만 고열, 폐감염, 호흡 부전증, 다기관 부전증 등으로 발전할 수 있으며 심할 경우 사망에 이르기 도 한다.

전염 경로

조류독감(H5N1)은 조류독감에 감염된 살아 있는 조류로부터 인간에게 감염되며 인간 간 감염은 매우 드물다.

관리

감염된 사람은 충분한 휴식과 수면을 취하고 충분한 양의 수분을 섭취해야 한다. 해열제와 기침약은 증상을 완화하는 데 도움이 되며, 세균 감염이 된 것이 아니면 항생제를 사용해서는 안 된다. 또한 환자는 개인 위생을 철저히 하고 코나 입을 만져서 바이러스가 퍼지지 않도록 손을 자주 씻어야 한다. 아스피린은 라이 증후군(Reye's Syndrome)을 유발할 수 있으므로 어린이들의 경우 복용하지 않도록 한다. 저항력이 약한 환자의 경우나 증세가 악화될 경우(예: 고열이 지속, 호흡 곤란 등) 빨리 의사의 진찰을 받아야 한다.

대체로 조류독감 H5N1은 일반적인 “인플루엔자”보다 증세가 심하며 입원 치료가 필요하다. 환자는 가능한 빨리 의사의 진료를 받아야 한다. 일부 항바이러스성 약은 치료에 효과가 있지만 부작용을 일으킬 수도 있으므로 반드시 의사의 지시에 따라 복용해야 한다.

예방

인플루엔자와 조류독감을 예방하는 최선의 방법은 신체의 저항력을 높이는 것이다. 균형 잡힌 식사, 규칙적인 운동, 적절한 휴식, 스트레스 해소, 금연 등 건강한 생활 습관을 유지하여 신체의 저항력을 높일 수 있다. “인플루엔자(독감)” 증상이 있을 경우에는 환기가 잘 안 되는 혼잡한 공공 장소는 피하는 것이 좋다.

조류독감에 감염된 살아 있는 조류 및 가금류의 배설물은 조류독감 바이러스를 옮길 수 있으므로 만지지 말아야 한다. 살아 있는 조류 및 가금류와 접촉한 경우에는 즉시 액상 비누와 물로 손을 깨끗이 씻어야 한다. 집에서 조류를 키울 경우에는 접촉을 피하고, 만지거나 배설물을 치운 후에는 반드시 액상 비누로 손을 깨끗하게 씻도록 한다. 학교 및 유치원 등에서는 아이들이 살아 있는 조류와 접촉하지 못하도록 조치를 취해야 한다. 가금류와 달걀은 완전히 익혀 먹도록 한다. 해외로 여행할 경우에는 살아 있는 조류와 가금류를 만지지 말고, 질병 발생 지역을 다녀온 여행자의 경우 여행 후 인플루엔자 증상이 있으면 즉시 의사의 진찰을 받도록 한다. 또한 의사에게 여행 경로에 대해 상세히 알리고 질병의 전염을 막을 수 있도록 마스크를 착용한다.

항상 개인 위생 및 주변 위생을 철저히 유지한다. 손을 항상 청결하게 하고 특히 식사 전이나 눈, 코, 입 등을 만지기 전에는 액상 비누로 손을 씻는다. 기침을 하거나 재채기를 할 때는 화장지로 입과 코를 가리도록 하고, 사용한 휴지는 뚜껑이 있는 쓰레기통에 버리고 손을 깨끗하게 씻는다.