



THE CITY OF NEW YORK

DEPARTMENT OF HEALTH AND MENTAL HYGIENE
(뉴욕시 보건 및 정신위생국)

Michael R. Bloomberg
시장

Thomas R. Frieden, M.D., M.P.H.
국장

nyc.gov/health

SARS 환자에 대한 퇴원 지침

환자께,

귀하는 최근에 사스 (SARS)라고 불리는 중증급성호흡기증후군 (Severe Acute Respiratory Syndrome)에 감염된 것으로 진단되었습니다. 사스는 호흡기질환을 유발하는 바이러스성 질병으로 사람간의 가까운 접촉으로 전파됩니다. 증세가 호전되어 병원이나 클리닉에서 집으로 퇴원해 돌아간 경우라도, 귀하와 가깝게 접촉한 분 (“밀접한 접촉”을 통해 귀하와 함께 거주하거나 귀하를 돌보고 있는 분을 의미함)에게 바이러스를 전파시킬 여지가 있습니다. **밀접한 접촉을 통한 사스 발병 위험을 방지할 수 있도록, 고열이 사라지고 호흡기 증세 (기침, 숨이 가쁜 증세, 호흡곤란)가 호전되고 난 이후에도 10 일 동안 아래 지침들을 따라 주십시오.**

- 클리닉이나 병원에서 퇴원하기 전에 집에 가져갈 몇 개의 의료용 안면 마스크를 지급받아야 합니다. 반드시 클리닉이나 병원에서 지급한 의료용 마스크를 집에서 착용하셔야 합니다. 다른 사람과 함께 있을 때, **본인의 집에 있는 경우라도**, 마스크를 착용해 반드시 코와 입을 가리도록 해야 합니다. 마스크를 착용하는 올바른 방법을 알려주도록 의사에게 요청하십시오. 마스크가 더 필요한 경우, 가까운 약국에 전화하거나, 담당 의사에게 문의하십시오. 매일 한 번씩 또는 젖거나 더러워질 경우 더 자주 마스크를 교체해야 합니다.
- 하루에 두 번 본인의 체온을 재고, 공책이나 메모지에 해당 측정 날짜와 시간을 체온과 함께 적어두어야 합니다. 열을 내리기 위해 아스피린, 타이레놀 (아세트아미노펜), 이부프로펜 또는 기타 약을 복용하고 있는 경우에는 체온을 재기 전에 4 시간 정도 기다려야 합니다.
- 고열증세가 멈추고 호흡기 증세가 호전되고 난 이후 10 일 동안은 집밖에 나가지 마십시오. 직장이나 학교에 가지 말고 집에 머물러 있어야 합니다. (사스 의심 어린이의 경우, 반드시 유아원 또는 기타 육아 프로그램 시설에 가지 말고 집에 머물러 있어야 합니다.) 공공 장소에 가셔도 안됩니다. 집 밖에서 볼일이 있을 경우 (예를 들면, 식료품 구입, 건강한 가족, 친구 또는 이웃에게 쇼핑을 부탁하십시오.
- 기침이나 재채기할 때 혹은 코를 풀 때는 화장지로 입과 코를 가리십시오. 또한, 사용한 화장지를 쓰레기 봉투에 버린 후에는 비누와 물을 사용해 손을 씻는 것을 잊지 마십시오.

- 집에 있는 동안, 다른 사람과의 접촉을 최대한 제한하십시오. 별도의 방에서 잠을 자야 합니다. 키스와 같은 밀접한 접촉은 피하십시오.
- 비누와 물로 또는 알코올성분이 함유된 핸드 세정제를 사용해 손을 자주 씻어 주십시오. 손을 씻는 것은 병을 예방하는 가장 좋은 방법이 될 수 있습니다. 기침이나 재채기를 하고 난 후, 코를 풀거나 화장실에 다녀온 후에는 반드시 손을 씻어야 합니다.
- 사용한 화장지, 마스크는 일반 쓰레기 봉투에 담아 버리십시오.
- 식기류 (수저, 포크, 컵이나 유리잔), 수건이나 침구류 (베개, 침대시트나 담요)를 함께 쓰지 마십시오. 비누와 뜨거운 물로 일상적인 세탁과정을 거친 후에는 이 품목들을 사용할 수 있습니다. 칫솔을 함께 사용하거나, 담배나 술잔을 함께 입에 대지 않도록 하십시오.
- 본인의 체액 (코나 입에서 나온 분비물, 소변, 구토물이나 대변)이 가재도구의 표면 (문 손잡이나 재채기나 기침을 한 기타 물건 등)에 묻은 경우, 해당 표면은 반드시 일반 가정용 세척제나 소독제를 사용해 깨끗이 닦아야 합니다. 그 다음 흐르는 물에 헹구어 주십시오. 만일 누군가가 청소를 한다면 반드시 장갑을 착용해야 합니다. 사용한 장갑은 다시 사용해서는 안되며 청소를 마친 후에는 쓰레기통에 버려야 합니다.
- 사스 바이러스는 감염자의 대변에서 발견될 수도 있습니다. 귀하가 화장실에서 배변을 하거나 (대변을 보거나), 특히 설사를 하는 경우에는 매회마다 가정용 세제나 소독제로 화장실 청소를 해 줄 것을 권장합니다.
- 뉴욕시 보건 및 정신위생국 (The New York City Department of Health and Mental Hygiene)에서는 귀하께서 계속 집에 머물고 있고, 가족이나 함께 거주하고 있는 분 중 아픈 사람이 있는지 확인하기 위해 매일 귀댁에 전화를 드릴 것입니다.
- 증세가 더 나빠지거나 증세가 다시 나타날 경우, 즉시 아래의 전화번호로 연락하십시오.

업무 시간 중 (월요일-금요일, 오전 9 시-오후 5 시): 전화 212-788-9830

업무 시간 이후: 뉴욕시 독극물 통제 센터 전화 212-764-7667
(New York City Poison Control Center)

전화를 거실 때는 귀하가 사스 환자이며, 대기중인 의사와 통화해야 한다는 점을 전화 응답자에게 알려 주십시오.

의사의 진료실에 방문해야 하는 경우, 귀하의 가족이나 친구가 개인의 차로 귀하를 태워다 주도록 해야 합니다. 절대 대중 교통수단 (지하철이나 버스)을 이용하지 마십시오. 의료진을 만나기 위해 가는 도중에는 마스크를 착용하십시오. 별도로 준비된 진료실에서 의사진료를

기다릴 수 있도록 도착하는 즉시 진료 접수 직원에게 바로 가야 합니다. 최대한 다른 사람들과 멀리 떨어진 곳에 앉도록 하십시오.

너무 많이 아파서 병원에 데려다 줄 앰بول런스를 불러야 하는 경우, 911에 전화할 때 전화교환원에게 본인이 사스 감염 환자일 수 있다는 점을 알리고, 앰بول런스 탑승요원이 도착하면 해당 사실을 알려 주십시오.

- 함께 거주하고 있거나 함께 시간을 보낸 사람이 고열이나 호흡기 증세 (기침, 호흡곤란, 숨이 가쁜 증세)로 아플 경우, 즉시 담당의사의 진료를 받도록 하십시오. 또한 위에 표시된 전화번호로 뉴욕시 보건 및 정신위생국 (New York City Department of Health and Mental Hygiene)에 전화하십시오.

기억하십시오. 이 지침은 귀하가 고열이 멈추고 호흡기 증세가 호전되고 난 후의 10일 동안을 위한 지침입니다. 자세한 정보는 의사에게 문의하거나 뉴욕시 보건 및 정신위생국 (New York City Department of Health and Mental Hygiene) 웹사이트 <http://www.nyc.gov/html/doh/html/cd/cdsars.html> 또는 질병 통제 및 예방 센터 (Centers for Disease Control and Prevention) 웹사이트 www.cdc.gov/ncidod/sars 을 방문하십시오.