

여러분이 알아야 하는 사실(COVID-19)

1. 코로나 바이러스란 무엇입니까?

코로나바이러스감염증-19 혹은 COVID-19는 독감과 유사한 새로운 유형의 호흡기 감염증입니다. COVID-19의 전파를 방지하기 위하여 저희는 코로나 바이러스로부터 자기 자신과 다른 사람을 보호하는 방법에 대하여 자세히 알아보기를 권장합니다.

2. 코로나 바이러스는 어떻게 전파됩니까?

- 감염자가 기침하거나 재채기할 때 비말을 통해서
- 감염자를 돌봐주는 것과 같은 밀접한 개인적 접촉을 통해서

3. 증상은 무엇입니까?

- 기침, 발열, 호흡 곤란
- COVID-19를 앓는 대부분의 사람들은 경증을 겪으며 저절로 회복합니다. 하지만, 노인, 임산부, 면역이 약한 사람 혹은 기타 의학적 문제를 겪는 사람들은 중증을 앓을 위험이 더 큽니다.

4. 어떻게 코로나 바이러스로부터 제 자신과 다른 사람을 보호할 수 있습니까?

- 만 65 세 이상이거나 심각한 건강상의 문제를 겪는다면 코로나 바이러스가 창궐하는 동안 쉼터에 머무는 것을 고려하십시오. 쉼터에서는 여러분을 질병으로부터 보호하는 데 도움이 될 수 있는 서비스가 제공됩니다.
- 아픈 사람들과의 밀접 접촉을 피하십시오.
- 코로나 바이러스가 창궐하는 동안 다른 사람과 6 피트의 거리를 유지하도록 노력하십시오.
- 노년층(만 65 세 이상)이거나 심각한 건강상의 문제가 있을 경우 인파를 피하십시오.
- 20 초 동안 비누와 물로 손을 씻거나 최소 60% 알코올이 함유된 손 세정제를 이용하십시오.
- 눈, 코, 입을 만지지 마십시오.
- 기침 혹은 재채기할 때 티슈로 가린 후에 티슈를 쓰레기통에 버리십시오. 티슈가 없다면, 소매를 이용하십시오(손을 이용하지 말 것).
- 음료, 음식, 담뱃대 혹은 담배를 다른 사람과 공유하지 마십시오. 이불 및 침구를 다른 사람과 공유하지 마십시오.
- 좁은 공간을 누군가와 함께 이용하고 있다면, 같은 방향으로 눕는 것보다 상대방의 발 쪽으로 머리를 두는 방향으로 취침하는 것을 고려하십시오.
- 가정용 세척 용품 혹은 알코올 함유된 물티슈로 손이 닿은 물체와 표면을 자주 세척하십시오.

5. COVID-19 증상을 보일 경우 어떻게 해야 합니까?

- 아플 때는 다른 사람과 밀접 접촉하지 마십시오.
- 쉼터 혹은 또 다른 시설에 있을 경우, 직원이 여러분이 안전을 유지할 수 있도록 도울 수 있게 본인의 증상에 대해서 직원에게 알리십시오.
- 본인이 아프거나 마스크를 착용하도록 지시받은 경우에만 마스크를 착용하십시오. 본인이 아프고 증상에 대해서 걱정된다면 병원에 가기 전에 주치의에게 전화하여 조언을 구하십시오. 주치의가 없으시다면 211 로 전화하십시오.
- 길거리 혹은 쉼터에서 안전하게 지낼 계획을 짤 수 있는 방법에 대해서 의사에게 물어보십시오. 본인이 아플 때 친구, 사회적 지지, 사례 관리자/도달 거리 연구가에게 연락하여 자가 치료에 대한 계획을 세우십시오.
- 호흡 곤란 혹은 구토와 같은 중증 증상이 있으시다면, 911 로 전화하거나 응급실을 즉시 방문하십시오.

6. 어떻게 준비할 수 있습니까?

- 본인의 의료 서비스 제공업체의 정보를 가까이하십시오.
- 독감 예방 주사 접종을 받으십시오.
- 가능할 경우 충분한 의약품 및 물자가 있는지 확인하십시오.
- 다음의 신뢰할 수 있는 출처를 통해 최신 정보를 확인하십시오.
- 스트레스받는 기간 동안 지원 시스템과 연결을 유지하십시오. 자기 자신과 서로를 관리하고 언제 어떻게 도움을 구해야 하는지 알아보십시오.

이 사태는 최근에 발생하였고 급속하게 진행되는 상황입니다. 팀, 사례 관리자, 공공 보건국은 여러분에게 정보가 생기는 대로 자세한 정보와 업데이트된 가이드라인을 제공할 것입니다. 자세한 내용은 211로 전화하십시오.