



6월 보건소식지

발행일: 2021년 6월 1일
발행인: What is hospital?
담당자: 임태은, 지정훈



6월은 호국보훈의 달입니다.

오늘 우리가 살아가고 있는 대한민국은 나라를 지키고 나라를 위하여 힘쓴 사람들에 의하여 만들어졌습니다. 우리 모두 호국보훈의 달을 맞아 국가유공자의 희생과 헌신을 기억하며 되새겨 봅시다!!

6월 9일 구강 보건의 날



6월 9일은
구강보건의 날!

<치아를 건강하게 지키는 방법은 무엇일까?>

- 치아 건강을 위해 자연 식품을 많이 먹는다. 곡식과 과일, 채소 등 섬유질이 많아 섭취 후 치아에 달라붙지 않고 그 자체가 청소 능력을 가지고 있는 자연 식품을 많이 섭취한다.
- 칫솔질은 반드시 하루 3번, 식사 후 최소한 3분 이상 실시한다. 칫솔질을 할 때는 이가 난 방향인 수직 방향으로 솔이 잇몸을 쓸면서 지나가게 해야 한다.
- 치아는 일정한 굳기와 힘이 있을 뿐이므로 그 한계를 넘는 일, 곧 병 따기, 차력 시범 등 치아를 연장으로 사용하는 일은 지극히 위험하다. 격렬한 운동을 할 때는 보호 장치를 한다.
- 치아 치료는 조기 치료가 가장 좋다.

- 치아와 잇몸의 불결한 곳 또는 병변이 시작된 곳 등은 눈으로 확인할 수 없고 초기에는 증상이 없으므로 적어도 1년에 1~2번은 정기 검사를 받아 미리미리 필요한 예방 조치와 치료를 받도록 한다.



여름철 주의해야 할 감염병

2018.06.22



여름철, 국내에서 자주 발생하는 감염병



살모넬라균 감염증, 장병원성대장균 감염증



비브리오 패혈증



쯔쯔가무시증, 중증열성혈소판 감소증후군



일본뇌염, 말라리아

- **살모넬라균 감염증, 장병원성대장균 감염증**
 - 흐르는 물에 비누로 30초 이상 올바른 손씻기
 - 음식은 익혀 먹고, 물은 끓여 마시기
 - 위생적으로 조리하기 (조리도구 소독 등)
 - 설사증상이 있는 경우 조리하지 않기
- **비브리오 패혈증**
 - 피부에 상처가 있는 사람은 바닷물과 접촉 삼가기
 - 어패류 반드시 익혀먹기
- **쯔쯔가무시증, 중증열성혈소판감소증후군**
 - 밝은색 긴 옷 착용과 진드기 기피제 사용하기
 - 휴식할 때에는 기피제를 뿌린 돛자리 사용하기
 - 귀가 즉시 목욕을 하고, 옷이나 소품(모자)는 바로 세탁하기
 - 몸에 진드기가 붙어 있는지 꼼꼼히 확인하기
- **말라리아, 일본뇌염**
 - 집 주변 고인 물 없애기
 - 모기활동이 왕성한 저녁부터 새벽까지는 외출 자제하기
 - 모기기피제 사용하기