

이게

독감일까, COVID-19일까?

독감과 COVID-19를 구별하는 일이 이번 독감 시기에는 어려울 수 있습니다. 독감으로 아픈지, 아니면 COVID-19로 아픈지 판단하는 데 검사가 도움이 될 수 있습니다.

독감에 걸리지 않도록 보호할 수 있는 최선의 방법은 독감 백신을 접종하는 것입니다.

자세한 정보나 독감 백신 접종 장소를 찾으시려면 nyc.gov/flu를 방문하거나,

311번으로 전화하거나, 877-877번으로 "flu"(독감)라고 문자하십시오.

COVID-19에 대한 자세한 정보를 확인하시려면 nyc.gov/health/coronavirus를 방문하십시오.

독감과 COVID-19의 증상은 어떤가요?

독감과 COVID-19는 서로 다른 바이러스로 인해 발병하지만, 증상은 유사할 수 있습니다. 독감과 COVID-19의 일반 증상에는 발열이나 오한, 기침, 숨가쁨이나 호흡 곤란, 피로감, 근육통이나 몸살, 두통, 인후통, 코막힘이나 콧물, 메스꺼움이나 구토, 설사가 있습니다. 또한 COVID-19는 미각과 후각 상실을 유발할 수 있습니다. 두 가지 질병 모두 폐렴이나 기타 중증 합병증, 입원, 사망에 이를 수 있습니다.

독감과 COVID-19는 모두 노출 후 금방 증상이 나타날 수 있습니다. 그러나 COVID-19 증상의 발현 기간이 좀 더 길 수 있습니다. COVID-19 증상은 COVID-19에 노출된 지 이틀에서 14일 만에 나타나는 반면, 독감 증상은 노출 후 하루에서 4일 만에 나타날 수 있습니다.

독감과 COVID-19는 어떻게 확산되나요?

- 두 질병 모두 감염자와 밀접하게 접촉(6피트 이내)한 사람에게 전파되는데, 기침이나 재채기를 하거나, 노래를 하거나, 말할 때 나오는 비말을 통해서 감염됩니다.
- 증상이 없는 사람도 독감과 COVID-19를 전파할 수 있습니다.
- 바이러스가 있는 표면을 만진 뒤 자신의 입, 코, 눈을 만지면 독감이나 COVID-19에 감염될 가능성이 있습니다. 이는 바이러스 전파의 주요 경로는 아닌 것으로 간주되기는 하나, 비누와 물로 손을 자주 씻는 것이 중요한 이유는 이 때문입니다.

누가 독감으로 인해 중병에 걸릴 위험성이 높은가요?

고령자, 기저질환자, 임신부가 독감과 COVID-19로 인해 중병에 걸릴 위험이 클 수 있습니다.

만 5세 미만의 어린이는 COVID-19보다 독감으로 인해 중병에 걸릴 위험이 더 큼니다. 그러나 유아와 기저질환이 있는 어린이는 독감과 COVID-19로 인해 중병에 걸릴 위험이 더 큼니다.

독감과 COVID-19로부터 저를 어떻게 보호할 수 있나요?

모든 뉴욕 시민은 독감 백신을 접종해야 합니다. 만 5세 미만 어린이, 만 50세가 넘는 성인, 임신부나 임신 가능성이 있는 사람, 천식, 당뇨, 심장병, HIV 등 기타 질환이 있는 사람에게 특히 필요합니다. 독감 백신은 안전하고, 접종에 오래 걸리지 않으며, 메디케이드를 비롯해 대부분의 건강 보험 플랜으로 보장됩니다.

독감 백신은 COVID-19로부터 여러분을 보호하지 **않습니다**. 다음에 있는 네 가지 핵심 조치를 계속해서 따르면서 COVID-19 확산을 예방하는 것이 중요합니다.

- **몸이 아프면 자택에 머무릅니다.** 몸이 아픈 경우 필수적인 진료(COVID-19 검사 포함)나 기타 필수 용무 외에는 자택에 머무릅니다.
- **물리적 거리를 둡니다.** 타인과 최소 6피트 거리를 유지합니다.
- **안면 가리개를 착용합니다.** 주변에 있는 사람들을 보호하십시오. 증상이 없어도 전염성을 가질 수 있으며 기침이나 재채기를 하거나 말할 때도 질병이 전파될 수 있습니다. 안면 가리개는 COVID-19 확산을 줄이는 데 도움이 됩니다.
- **건강한 손 위생을 실천합니다.** 비누와 물로 손을 자주 씻거나, 비누와 물이 없는 상황에서는 알코올 기반의 손 세정제를 사용합니다. 씻지 않은 손으로 얼굴을 만지지 말고, 기침이나 재채기를 할 때는 손이 아닌 팔로 가립니다.

어디에서 독감 백신을 접종할 수 있나요?

독감 백신은 뉴욕시(NYC) 전역 여러 장소에서 저렴하게 또는 무료로 접종할 수 있습니다. 주치의나 가까운 약국으로 문의하시기 바랍니다. 자세한 정보나 독감 백신 접종 장소를 찾으시려면 nyc.gov/flu를 방문하거나, **311**번으로 전화하거나, **877-877**번으로 "flu"라고 문자하십시오.

독감이나 COVID-19 증상이 나타나면 어떻게 하나요?

- **자택에 머무르십시오!** 검사와 필수적인 진료를 받거나 대신 구매해줄 사람이 없어 식료품 등의 생필품을 구매하는 경우가 아니면 외출하지 마십시오. 필수 사업체 종사자라도 출근하지 마십시오.
- **주치의와 상담하십시오!** 증상이 있는 경우, 특히 고령자이거나 임신부, 중병에 걸릴 위험이 큰 질환자의 경우 주치의에게 문의하시기 바랍니다. 항바이러스성 약물로 독감을 조기 치료하여 질병과 합병증의 심각도를 낮출 수 있습니다. 주치가 없는 경우, **311**번이나 **844-692-4692**번으로 전화하시기 바랍니다. NYC에서는 이민 상태나 지불 능력과 상관없이 진료를 받으실 수 있습니다. 호흡 곤란이나 지속되는 고열, 음식 섭취 불능이 있는 경우 당장 **911** 번으로 전화하십시오.
- **검사를 받으십시오!** 주치가 COVID-19 검사 서비스를 제공하지 않는 경우 nyc.gov/covidtest 에서 인근 검사소를 찾거나 **311**번으로 전화하시기 바랍니다. 많은 검사소에서 무료 검사를 제공하고 있습니다.

독감 백신 접종 장소 찾는 법:

nyc.gov/flu 방문 | **311** 번 전화 | **877-877** 번으로 "flu"라고 문자 발송

