

# 인플루엔자 / 독감



## 더 알아보세요

- 인플루엔자(독감)는 타인에게 잘 전염되는 위험한 호흡기 감염 질환입니다.
- 인플루엔자는 건강한 사람도 중태에 빠뜨릴 수 있습니다. 폐렴 같은 건강 문제로 이어질 수도 있습니다.
- 인플루엔자는 심장 질환, 천식 및 당뇨병 같은 기존의 건강 문제를 악화시킬 수 있습니다.
- 수천 명에 이르는 뉴욕 주민들이 매년 인플루엔자로 사망합니다. 2016~2017년 인플루엔자 시즌 동안에만 100명이 넘는 미국 어린이들이 인플루엔자로 사망했습니다.\*

\*출처: 질병통제예방센터(Centers for Disease Control and Prevention)  
(2017년 7월 기준)

## 독감 증상에는 다음이 포함됩니다.



발열



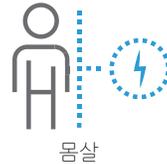
기침



인후통



두통



몸살



쇠약

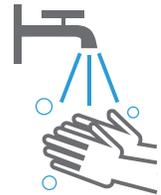
## 예방하고 보호하세요

- 독감 예방접종은 자신과 타인을 보호하는 안전하고 효과적인 방법입니다.
- 새로운 바이러스로부터 여러분을 보호하기 위해 매년 예방접종이 갱신됩니다.
- **연령이 6개월 이상인 모든 사람은 매년 독감 예방접종을 받아야 합니다.** 생후 6개월 미만의 유아는 예방접종을 받기에는 너무 어립니다. 보호자가 예방접종을 받아야 합니다.
- 가능한 한 빠른 시일 내에 독감 예방접종을 받으십시오. 접종을 아예 받지 않는 것보다는 나중에라도 예방접종을 받는 것이 낫습니다.

## 세균을 퍼뜨리지 마세요.



기침이나 재채기를 할 때 팔꿈치 안쪽으로 입과 코를 가리세요.  
손은 쓰지 마세요.



손을 비누로 씻으세요.

## 건강정보지

모든 건강 정보지를 보려면 [nyc.gov/health](http://nyc.gov/health)를 방문하십시오.  
무료 사본을 원하시면 311번으로 전화하세요.

## 무료 또는 저비용 독감 예방접종을 받으세요

- 의료 서비스 제공자에게 독감 예방접종에 대해 문의하세요. Medicaid를 포함한 대부분 보험 플랜에서는 예방접종 비용을 부담합니다.
- 가까운 약국을 이용하세요. 대부분의 약국에서 성인 대상 예방접종을 제공합니다.
- 직장에서 예방접종을 제공하는지 확인하세요.
- 보건부의 예방접종 클리닉이나 시 운영 클리닉 또는 병원을 방문하세요. 해당 장소에서는 모든 환자 및 방문객에게 독감 예방접종을 무료로 또는 저렴하게 제공합니다.



지역별 또는 우편번호별로 예방접종 장소를 찾으려면 311번으로 전화하시거나, [nyc.gov/flu](http://nyc.gov/flu)를 방문하시거나, 877877번으로 flu(독감)라는 문자를 보내주세요.

### 인플루엔자에 걸린 경우:

타인에게 독감이 전염되지 않도록 조심하세요. 일반 의약품 사용 없이도 **최소 24시간** 동안 발열이 없을 때까지 자택에서 머물며 타인과의 가까운 접촉을 피하세요.

인플루엔자를 치료할 수 있는 약품인 **항바이러스제**에 대해 의료 서비스 제공자에게 문의하세요. 항바이러스제는 빠른 회복을 돕고 심각한 병증을 예방할 수 있습니다.

## 독감 합병증 고위험군

- 임신 중인 여성
- 5세 미만 아동(특히 2세 미만)
- 65세 이상 성인
- 다음을 포함한 특정 질환이 있는 사람:
  - 당뇨병
  - 폐 또는 심장 질환
  - 천식
  - 겸상 적혈구 빈혈증
  - 신장 또는 간 질환
  - 신진대사장애
  - 면역 시스템 저하(예: 인간면역결핍바이러스(HIV) 또는 항암치료로 인해)
  - 발작, 신경 및 근육 장애와 같이 호흡에 문제를 유발할 수 있는 장애
- 매우 과체중인 사람
- 장기간 아스피린 요법을 받고있는 아동 및 청소년(6개월에서 18세 사이)
- 요양원 또는 기타 간호 시설에 거주하는 사람
- 아메리카 원주민 및 알래스카 원주민

의료 서비스 종사자이거나 위에 나와 있는 고위험군을 간호해야 하는 경우, 예방접종을 받는 것이 매우 중요합니다.

## 자원

### 커넥트

@nychealthy

nychealth

@nychealthy

### 예방접종이 가능한 장소 알아보기

[nyc.gov/flu](http://nyc.gov/flu) 방문

### 더 알아보기

[cdc.gov/flu](http://cdc.gov/flu) 방문

### 최신 건강정보지를 받아보십시오

[healthbulletins@health.nyc.gov](mailto:healthbulletins@health.nyc.gov)로 이메일 전송



이 건강 정보지 및 기타 번역된 건강 자료를 추가 언어로 보려면 [nyc.gov/health/pubs](http://nyc.gov/health/pubs)를 방문하십시오. 귀하의 언어로 서비스를 받을 권리가 있습니다. 이 서비스는 모든 뉴욕시 보건부 사무소 및 클리닉에서 무료로 제공됩니다.