

설 연휴, 이것만은 꼭!

상황별 감염병 예방수칙



호흡기 감염병
명절 모임 시 감염 주의



수인성·식품매개감염병
음식 섭취 및 개인위생 주의



모기매개감염병
동남아시아 등 여행 시 주의



해외 감염병
여행 전·후 건강 확인



인플루엔자·코로나19
감염 고위험군 예방접종

명절 모임 시 인플루엔자 감염 유의 호흡기 감염병 예방수칙

인플루엔자는 흔히 독감이라고 불리며
기침, 재채기 등을 통해 사람 간 전파되는 급성 호흡기 질환입니다.
개인위생 관리와 기침예절 실천에 함께 해요!

- 1 올바른 손씻기 생활화**
- 흐르는 물에 비누로 30초 이상
씻지 않은 손으로는
눈, 코, 입 만지지 않기

- 3 실내에서는
자주 환기하기**

- 2 기침예절 실천하기**
- 휴지나 옷소매로 입과 코 가리기
- 기침 후 반드시 올바른 손씻기
- 호흡기 증상 있을 시 마스크 착용하기

- 4 증상 발현 시 의료기관 방문하기**
- 발열 및 호흡기 증상이 생기면 진료받기
- 의료기관 방문 시 마스크 착용은 필수



음식 섭취 및 개인위생 유의

수인성·식품매개감염병

예방관리

오염된 음식 혹은 물은 섭취했을 때 발생하는 감염병으로
설사·구토·복통 등의 증상을 동반할 수 있습니다.
안전한 음식 섭취 및 개인위생 관리를 철저히 해주세요!

1 올바른 손씻기 생활화
- 흐르는 물에 비누로 30초 이상

**2 설사 증상이 있는 경우,
음식 준비 및
조리하지 않기**

**3 채소, 과일은 깨끗한 물에
충분히 씻어 먹기**

4 위생적으로 조리하기
- 칼·도마는 조리 후 소독
- 생선·고기·채소 등 도마 분리 사용

5 음식은 충분히 익혀 먹기

6 물은 끓여 마시기



동남아시아 등 여행 시 유의 모기매개감염병 예방관리

*뎅기열, 치쿤구니아열, 지카바이러스 감염증, 황열, 웨스트나일열, 일본뇌염, 말라리아

병원체에 감염된 모기에 물려 사람에게 전파되는 감염병으로
위험지역을 방문할 경우 감염 위험이 존재합니다.
여행 전·중·후 예방수칙을 꼭 확인하세요!



방문 전

- *말라리아
- 의료기관에서 예방약 처방받아 복용하기
- *황열
- 위험지역 방문 최소 10일 전 예방 접종하기
- 모기기피 용품 및 상비약 준비하기

방문 중

- 모기가 많은 풀 숲과 산 속은 피하기
- 외출 시 밝은 색 긴 옷을 착용하고, 모기기피제 사용하기
- 방충망 또는 모기장이 있는 곳에서 생활하기

방문 후

- 귀국 후 2주 이내 의심증상 발생 시 의료기관 방문하기
- *해외 방문력 고지
- 4주 동안 헌혈 금지

해외여행 방문 전

해외감염병now.kr 누리집에서 모기매개감염병 정보 확인

여행 전 정보 확인, 여행 후 건강 상태 확인

해외 감염병 예방관리

방문 국가의 감염병 예방정보를 미리 확인하고,
귀국 후 2주 이내 발열·기침·인후통 등 호흡기 증상이 있다면
전국 공항·항만 검역소에서 무료로 검사 받으세요!

1 여행 전,
여행건강오피셜에서
감염병 예방정보 확인



2 여행 중,
손 씻기, 야생동물 만지지 않기 등
예방수칙 지키기



3 여행 후,
아플 땐? 공항·항만에서
호흡기 감염병 무료검사 받기!



발열



기침



인후통

감염 고위험군 대상 인플루엔자·코로나19 예방접종

감염 시 중증·사망 위험이 높은
 65세 이상의 어르신, 임신부, 어린이, 청소년 등은
 설 연휴 전 미리 백신 접종을 완료해 주세요!

예방접종 대상

인플루엔자		코로나19
65세 이상 '60.12.31. 이전 출생자		65세 이상 '60.12.31. 이전 출생자
임신부		감염취약시설 입원·입소자 및 면역 저하자 (연령과 관계 없이 6개월 이상의 대상자 모두)
생후 6개월~13세 '12.1.1.~25.8.31 출생자	2회 접종 대상*	
	1회 접종 대상*	

*2회 접종 대상: 과거 접종력이 없거나, 기존에 1회만 접종받은 6개월 이상 9세 미만

*1회 접종 대상: 2회 접종 대상 외 6개월 이상 13세 이하

설 연휴 기간 동안 인플루엔자와 코로나19 예방접종이 가능한
 지정의료기관 및 보건소는
예방접종도우미 누리집(nip.kdca.go.kr)을 확인해 주세요.

2026.2.12.

감염병 예방수칙 지키고 건강한 설 명절 보내세요!

감염병 의심증상이 있는 경우
가까운 보건소나 1339 콜센터로 신고해 주세요.

