

# 공중보건 보고서

## H1N1 독감 (돼지 독감)

매사추세츠 공중보건국, 250 워싱턴 스트리트, 보스턴, MA 02108

### H1N1 독감이란 무엇인가?

돼지 독감이라고도 불리는 H1N1 독감은 돼지를 매개로 전염되는 특정한 독감 바이러스로 인한 호흡기 질환입니다. 돼지 독감은 돼지에게서 주기적으로 발병합니다. 인간은 대개 돼지 독감에 걸리지는 않지만 인체 감염도 가능하며 가끔 발생하기도 합니다. 대부분의 경우, 돼지 독감의 인체 감염 사례는 돼지와 관련된 일을 하는 사람들에게서만 발생하지만 사람과 사람 간에 돼지 독감 바이러스가 전이될 수도 있습니다. 2009년 3월 이후, 이 새로운 종류의 H1N1 독감 발병 사례가 미국과 전세계에서 대단히 많이 보고되었습니다.

### 새로운 H1N1 독감 감염 시의 증상은 무엇인가?

돼지 독감의 증상은 겨울철에 흔히 걸리는 계절성(또는 인체) 독감과 매우 흡사합니다. 돼지 독감의 가장 일반적인 증상은 계절성 독감과 마찬가지로 발열, 기침, 인후통 등이며 전신 통증, 두통, 오한, 무력감 등이 나타날 수도 있습니다. 사람에게 따라서는 설사나 구토가 일어나는 경우도 있습니다. 돼지 독감으로 인해 오랫동안 병을 앓거나 사망한 사람들도 있습니다.

### 새로운 H1N1 독감에 걸린 것은 어떻게 알 수 있는가?

위에 설명된 것과 같은 독감 증상이 있거나, 특히 사람이 돼지 독감에 걸린 사례가 보고된 지역을 최근에 여행했을 경우에는 어떤 종류의 검사나 치료 방법이 적합한 지 판단해 줄 수 있는 의료 전문가에게 문의해야 합니다. 어떤 종류의 바이러스인지 진단하기 위해서는 의사가 코 내부를 면봉으로 문지른 다음 성분을 분석해야 합니다. 돼지 독감 바이러스 여부를 판단하기 위해서는 특수한 시험 및 테스트가 필요합니다.

만약 돼지 독감에 걸렸을 지 모른다고 의심되거나 의료 전문가와 상담할 필요가 있다고 생각할 경우에는 미리 의료 전문가에게 연락을 취해 돼지 독감에 감염되었을 수도 있다고 알려야 합니다. 이는 다른 사람들에게로의 독감 전염을 예방할 수 있도록 조치를 취하기 위한 것입니다.

### 새로운 H1N1 독감은 어떻게 치료해야 하는가?

어떠한 종류의 독감에 걸린 사람이라도 충분한 양의 음료를 섭취하고, 최대한의 휴식을 취하며, 신선한 음식을 섭취하고, 손을 자주 씻으며, 다른 사람들에게 독감을 옮기지 않도록 집에서 머물러야 합니다. 계절성 독감에 사용하는 약품들은 항바이러스제라고 불리며 돼지 독감 치료에도 사용할 수 있습니다. 가장 최근에 발생한 돼지 독감 바이러스처럼 몇 가지 독감 바이러스들은 전체는 아닐지라도 이러한 약품들 중 일부에는 내성을 가지고 있다는 것이 밝혀졌습니다. 의료 전문가들은 돼지 독감에 걸렸거나 증상이 나타나기 시작하는 사람들에게는 항바이러스 치료를 받을 것을 권하고 있습니다.

### 사람에게 새로운 H1N1 독감이 전염된 것이 발견된 지역을 최근에 여행한 적이 있다면?

최근에 돼지 독감이 발생한 지역을 여행한 적이 있다면 독감과 유사한 증상에 주의해야 합니다. 이러한 증상 중 어느 하나라도 나타날 경우에는 집에 머물면서 다른 사람과의 접촉을 피하고 의료 전문가와 상담하십시오. 의료 전문가는 어떤 종류의 검사 및 치료 방법이 적절한 지 판단할 것입니다.

어떤 종류의 바이러스인지 진단하기 위해서는 의사가 코 내부를 면봉으로 문지른 다음 성분을 분석해야 합니다. 돼지 독감 바이러스 여부를 판단하기 위해서는 특수한 시험 및 테스트가 필요합니다.

### **돼지 독감용 백신은 있는가?**

현재까지는 돼지 독감용 백신이 개발되지 않았습니다. 질병관리센터(CDC)에 따르면, 계절성 독감용 백신으로는 돼지 독감을 예방할 수 없을 것이라고 합니다. 하지만, 연방 정부에서는 백신 제조업체들과 협력하여 향후 몇 개월 이내에 백신을 개발하여 사용할 수 있도록 최선의 노력을 기울이고 있습니다.

### **새로운 H1N1 독감으로부터 자신과 다른 사람을 보호할 수 있는 방법은 무엇인가?**

계절성 독감과 동일한 방법으로 자신과 다른 사람을 돼지 독감의 위협으로부터 보호할 수 있습니다. 감기 또는 독감에 걸린 사람과 붙잡거나, 껴안거나, 키스하거나, 악수하지 마십시오. 비누와 깨끗한 물 또는 알코올이 함유된 손 세척제로 손을 자주 씻으십시오. 코, 입 또는 눈을 만지지 마십시오. 문 손잡이, 전화기 등과 같이 자주 만지는 물건을 깨끗이 닦으십시오. 독감 비슷한 증상이 나타나면 바이러스가 퍼지지 않도록 직장이나 학교에서 바로 집으로 돌아와서 다른 사람과의 접촉을 피하십시오.

**새로운 H1N1 독감에 걸렸거나 독감 증세를 보이는 사람 중 병원에서 진료를 받지 않은 모든 사람은 다른 사람들에게 전염되는 것을 방지하기 위해 집 밖으로 나가지 않도록 해야 합니다.**

**독감 증세를 가진 사람들은 회복될 때까지 집에 머물면서 다음 사항에 따라야 합니다:**

- 임신했거나 당뇨병, 심장질환, 천식 또는 폐기종 등과 같은 질환이 있을 경우에는, 특별한 치료를 받을 필요가 있는지 의료 전문가와 상담하십시오.
- 항바이러스 약물 치료를 받아야 하는지 의료 전문가와 상담하십시오.
- 발병일로부터 최소 7일 또는 발열을 포함한 어떤 증상도 24 시간 동안 나타나지 않을 때까지 집에서 휴식을 취하십시오(더 긴 쪽이 우선됨).
- 충분한 휴식을 취하십시오.
- 탈수 현상 방지를 위해 깨끗한 음료(물, 육수, 스포츠 음료, 유아용 전해질 음료 등)를 마시십시오.
- 기침이나 재채기를 할 때는 코와 입을 가리십시오. 비누와 깨끗한 물 또는 알코올이 함유된 손 세척제로 손을 자주 씻으십시오. 특히 화장실 사용 후나 손으로 가리고 기침과 재채기를 했을 경우에는 반드시 손을 씻어야 합니다.
- 다른 사람이 있는 방향으로 절대 기침을 하지 마십시오.
- 다른 사람과의 접촉을 피하십시오. 병에 걸린 상태에서는 절대 직장이나 학교에 가서는 안됩니다.
- 진료를 받아야 하는 표시를 나타내는 비상 경고 징후(아래 참조)에 주의를 기울이십시오.

**집에 있던 환자에게서 다음과 같은 징후가 나타나면 즉시 진료를 받아야 합니다:**

- 숨쉬기가 어렵거나 가슴 통증이 있을 때
- 입술이 자주색이나 파란색으로 변할 때
- 토하거나 물을 넘기지 못할 때

- 서 있을 때 현기증이 나거나, 소변이 나오지 않거나, 특히 유아의 경우에는 울지만 눈물이 거의 나오지 않을 때와 같은 탈수 증상이 있을 때
- 발작 증상(예: 통제할 수 없는 경련)이 나타나고 평소보다 몸의 반응이 떨어지거나 정신이 혼란스러울 때

**집에 같이 있는 다른 사람은 증세를 보이지만 자신은 그렇지 않을 경우에도 집에 머물러야 하는가?**

증세가 나타나지 않는다면 집에 머물러야 하거나 학교를 빠질 필요는 없습니다. 하지만, 가급적이면 다른 사람과의 불필요한 접촉은 최대한 제한하는 것이 좋습니다. 아픈 느낌, 특히 발열, 기침, 인후통 및 피곤함 등이 들기 시작하면 집에 머물면서 다른 사람과의 접촉을 최대한 피하십시오.

**돼지 고기 또는 돼지 고기로 만든 제품을 요리하거나 먹어도 안전한가?**

예, 그렇습니다. 적절하게 취급되고 요리된 돼지 고기 또는 돼지 고기 제품은 먹어도 안전합니다. 돼지 독감 바이러스는 음식을 통해 전염되지는 않습니다. 돼지 고기 또는 돼지 고기 제품을 먹는다고 돼지 독감에 걸리지는 않습니다.

계절성 독감, 전세계적인 독감, 조류 독감 및 돼지 독감에 대한 자세한 정보를 알고 싶으시면 아래 웹사이트를 방문하시거나 매사추세츠 공중보건국의 전염병학 및 면역학부로 전화해 주시기 바랍니다(617-983-6800).

- 매사추세츠 공중보건국의 인플루엔자 웹사이트  
<http://www.mass.gov/dph/swineflu>
- 질병관리센터(CDC)의 H1N1 웹사이트  
<http://www.cdc.gov/swineflu/>

2009년 5월 4일