

추석연휴 건강하게! 감염병 예방수칙은 철저하게!

- 해외여행 전 해외감염병 NOW를 통해 감염병 예방정보 사전 확인
- 일본(홍역·인플루엔자 등 호흡기), 동남아(모기물림), 중국(야생조류 접촉) 주의
- 수인성식품매개감염병 예방을 위해 음식을 충분히 익혀 먹고, 올바른 손 씻기 등 위생 수칙 준수
- 성묘·별초, 농작업 등 야외활동 시 긴 옷 착용 및 진드기 기피제 사용
- 유행이 시작된 인플루엔자 예방을 위해, 마스크착용, 기침예절 준수 등 당부

질병관리청(청장 임승관)은 추석 연휴(9.24.~9.27.) 동안 고향 방문과 국내외 여행, 성묘 등 이동과 야외활동이 늘어나는 만큼, 국민들이 알아두어야 할 주요 감염병 예방수칙을 안내하였다.

1. 주요 해외 여행지별 주의해야 할 감염병 정보

질병관리청은 추석 연휴를 맞아 우리 국민의 주요 해외 방문지별 주의가 필요한 감염병 예방수칙을 안내하며 건강하고 안전한 해외여행을 당부했다.

【 일본 : 홍역 10년 내 최다 발생 및 이례적 인플루엔자 조기 유행 주의 】

우리 국민이 가장 많이 찾는 일본의 경우, 올해 홍역 환자가 549명(8월 말 기준)으로 집계되어 최근 10년 중 최고 발생치를 기록하고 있다. 홍역은 공기 중 전파로 전염력이 매우 강해 면역이 없는 상태에서 환자와 접촉할 경우 감염 확률이 90%를 상회한다. 이에 따라 홍역(MMR) 백신을 2회 접종하지 않았거나, 불확실한 경우 예방접종을 받을 것을 권고한다.

아울러, 일본은 예년(39주)보다 5주 이른 34주차에 인플루엔자 유행기에 진입하고 있다. 이에 따라 2026 아이치-나고야 하계 아시아경기대회(9.19.~10.4.) 참가 선수단과 참관객을 비롯하여, 축제장이나 다중이용시설 등을 방문하시는 국민께서는 호흡기감염병 예방에 특히 유의할 필요가 있다. 외출 후나 식사 전·후에는 비누로 30초 이상 손을 씻고, 기침을 할 때는 옷소매로 입과 코를 가리는 기침예절을 지켜야 한다. 발열이나 기침 등 증상이 있을 경우, 마스크를 착용하고 다른 사람과의 접촉을 줄이는 것이 좋다.

2026.9.21. 질병관리청

추석 연휴 여행지별 건강 가이드

10명 중 8명 물리는 3대 여행지

여행 중 현지 행동 원픽!

일본	동남아시아	중국
손 씻기, 기침예절	뎅기열 최우선 예방	가금류, 야생조류 접촉 금지
호흡기감염병 (홍역, 백일해, 인플루엔자) 예방을 위한 개인위생 실천	모기 기피제 사용 및 밝은 색 긴 옷 착용	동물인플루엔자(AI) 발생 지역 가금류 시장 방문 자제

【 동남아 : 모기물림 주의 및 입국 시 뎅기열 무료 진단검사 】

베트남·태국·필리핀 등 동남아 지역을 여행하는 경우, 외출 시 모기 기피제를 3~4시간 간격으로 사용하고, 밝은색 긴 옷을 착용하여 모기에 물리지 않도록 주의해야 한다. 입국 시 모기에 물렸거나 의심 증상(발열, 두통, 근육통 등)이 있으면 검역관에게 신고하여 뎅기열 무료 검사를 받고, 입국 후 2주 이내 의심 증상이 발생하면 가까운 의료기관에 방문하여 해외 여행력을 알리고 진료를 받아야 한다.

아울러, 최근 방글라데시에서 홍역 발생이 급증하고 있어 방문 시 모기 물림과 함께 홍역에 대한 각별한 주의가 필요하다.

【 중국 : 동물인플루엔자 인체감염증 주의 및 중점검역관리지역 Q-CODE 제출 】

중국 방문 시에는 동물인플루엔자 인체감염증(AI)을 예방하기 위해 가금류 농장이나 생가금류 시장 방문을 자제하고, 마스크 착용과 기침 예절을 철저히 지켜야 한다. 특히 중국 내 중점검역관리지역*을 방문하거나 경유한 후 입국하는 경우에는 Q-CODE(또는 건강상태질문서)를 반드시 제출해야 한다.

* 광둥성, 광시좡족자치구, 쓰촨성, 윈난성, 장시성, 충칭시, 텐진시, 허난성, 후난성, 후베이성

【 여행지 공통 : 오염된 음식·물 섭취 주의 등 수인성·식품매개 감염병 예방 】

해외 어느 지역을 방문하든 오염된 물과 음식에 의한 수인성·식품매개 감염병에 각별히 유의해야 한다. 음식은 충분히 익혀 먹고, 끓인 물이나 생수 등 안전한 물을 마시며, 위생 상태가 불확실한 음식이나 길거리 음식 섭취에 주의해야 한다.

한편, 중점·검역관리지역 현황과 여행 전·중·후 예방수칙 등 해외여행 건강 정보는 해외감염병 NOW(<https://해외감염병now.kr>)를 통해 확인할 수 있다.

출국 전	여행 중	입국 시	귀가 후
 여행정보 확인 해외감염병 NOW (http://해외감염병now.kr)에서 국가별 정보 확인	 예방접종 확인 및 상비약 구비 홍역 예방접종 확인 및 상비약·모기기피제	 명절음식·물 섭취 주의 끓인 물 마시기, 완전히 익힌 음식 섭취로 수인성·식품매개 감염병 예방	 입국 전 모바일 Q-CODE 작성 호흡기감염병 열기열검사
			 의료 기관 방문 진료시 의심증상, 해외여행력 알리기

최신 검역관리지역 정보는 질병관리청 누리집(kdca.go.kr)에서 확인하세요.

2. 호흡기 감염병 예방관리

인플루엔자가 예년 대비 이르게 유행이 시작되었고, 코로나19도 증가세를 보이고 있어, 많은 사람이 모이는 추석연휴 기간 중 어르신 등 고위험군을 호흡기감염병으로부터 보호하기 위해 예방수칙 강화가 필요하다.

질병관리청의 의원급 의료기관 표본감시 결과, 2026년 37주차(9.6.~ 9.12.) 인플루엔자 의사환자(ILI)* 분율은 외래환자 1,000명당 31.0명으로 전주(25.3명) 대비 증가**했고, 전년 동기간(6.7명)에 비해서도 매우 높은 수준이다.

* 38℃ 이상의 발열과 함께 기침 또는 인후통을 보이는 사람

** (ILI분율/외래환자 1,000명) 34주 9.2명 → 35주 13.3명 → 36주 25.3명 → 37주 31.0명

37주차 병원급 표본감시기관의 코로나19 입원환자 수는 287명으로 전년 동기간(459명)에 비해서는 낮은 수준이나, 최근 8주간 연속 증가추세*이다.

* (코로나19 입원환자 수) 34주 61명 → 35주 115명 → 36주 193명 → 37주 287명

인플루엔자와 코로나19 예방을 위해서는 외출 후 손씻기, 기침할 땐 옷소매로 입과 코를 가리기, 호흡기 증상이 있을 땐 마스크 착용 등 호흡기 감염병 예방수칙을 준수해야 한다.

특히, 인플루엔자나 코로나19 감염 시 폐렴이나 중증으로 진행 위험이 높은 65세 이상 고령층이나 면역저하자 등 고위험군은 사람이 많이 모이는 실내 행사 참여를 자제하고, 참여 시에는 마스크를 착용해야 하며, 발열이나 호흡기증상이 있는 경우는 연휴 중이라도 진료가 가능한 인근 병원을 방문하여 조기에 적절한 진단과 치료를 받으셔야 한다.

아울러, 연휴 기간 중 요양시설이나 의료기관 등을 방문하는 경우는 반드시 마스크를 착용하고, 해당 기관의 감염 예방 수칙을 준수해야 하며, 발열, 인후통, 기침 등 호흡기증상이 있는 사람은 어르신이나 면역저하자 등 고위험군에 대한 방문을 자제해야 한다.

추석 연휴는 많은 이동과 친족간의 모임 등이 예상되는 시기인 만큼, 어르신 등 고위험군을 보호하고 명절을 건강하게 보내기 위해, 국민 모두가 예방수칙을 숙지하고 실천하는 것이 중요하다.

◀ 인플루엔자 등 호흡기감염병 예방 수칙 ▶

- 인플루엔자 예방접종 받기
 - 해당 대상자는 접종 시기에 맞춰 예방접종하기
- 올바른 손씻기의 생활화
 - 흐르는 물에 비누로 30초 이상 손씻기
 - 외출 후, 식사 전·후, 코를 풀거나 기침·재채기 후, 용변 후 등
- 기침 예절 실천하기
 - ① 기침할 때는 휴지나 옷소매로 입과 코를 가리고 하기
 - ② 기침 후 반드시 올바른 손씻기 실천
 - ③ 호흡기 증상이 있을 시 마스크 착용
 - ④ 사용한 휴지나 마스크는 바로 쓰레기통에 버리기
- 씻지 않은 손으로 눈, 코, 입 만지지 않기
- 실내에서는 자주 환기하기
- 발열 및 호흡기증상이 있을 시 의료기관을 방문하여 적절한 진료 받기

3. 수인성·식품 매개 감염병 예방관리

추석 명절에는 여러 사람이 함께 모여 음식을 함께 나눠 먹거나, 조리 후 장시간 보관된 음식을 섭취하는 경우가 많아 수인성·식품매개감염증 집단발생 위험이 증가할 수 있다. 특히, 상온에서 오래 보관된 식품은 세균 증식 위험이 크므로, 5℃ 이하 저온에서의 안전한 보관과 위생적인 조리 등 예방수칙을 철저히 지키는 것이 중요하다.

질병관리청 수인성·식품매개감염병 집단발생* 감시 결과, 올해 37주(~9.12.) 누적 발생 건수는 전년 동기간 대비 20.8%가 증가하였고 사례수의 경우는 29.4%가 증가하여 주의가 필요하다.

* 2명 이상이 동일한 음식물(음용수 포함)을 섭취하여 설사, 구토 등 유사한 증상 (장관감염 증상)이 동시에 발생한 경우

2025년 37주 누적		2026년 37주 누적(잠정)		증감	
발생건수	사례수	발생건수	사례수	발생건수	사례수
475건	10,823명	574건	14,000명	20.8% ↑	29.4% ↑

[표. 수인성·식품매개감염병 집단발생 현황]

수인성·식품매개감염병은 개인위생 준수와 식품의 위생적인 조리·보관을 통해서 예방할 수 있으므로 ‘30초 이상 비누로 손 씻기’, ‘식재료를 흐르는 물에서 세척하고 85℃ 이상에서 충분히 익히기’ 등의 예방수칙을 준수해야 한다. 만약 설사, 구토 등 증상이 있는 경우에는 음식 조리를 금지하고, 같은 음식을 먹은 뒤 2명 이상의 집단발생이 의심되는 경우 가까운 보건소로 즉시 신고할 것을 당부하였다.

◀ 수인성·식품매개감염병 예방수칙 ▶

- | | |
|-------------------------|----------------------------|
| ① 흐르는 물에 30초 이상 비누로 손씻기 | ② 채소·과일은 깨끗한 물에 충분히 씻어 먹기 |
| ③ 음식은 충분히 익혀 먹기 | ④ 설사 증상이 있는 경우 음식을 조리하지 않기 |
| ⑤ 물은 끓여 마시기 | ⑥ 위생적으로 조리하기 |
- * 칼, 도마 조리 후 소독, 생선·고기·채소 등 도마 분리 사용 등

해외여행 시에도 콜레라 등 수인성·식품매개감염병에 걸리지 않도록 주의해야 한다. 콜레라*는 주로 오염된 식수와 식품을 매개로 전파되며, 감염 시 고열, 구토, 경련성 복통, 설사(혈변, 점액변, 수양성), 잔변감 등이 나타난다. 감염자의 5~10%에서 증상이 심하게 나타나, 탈수나 저혈량성 쇼크 및 사망에 이를 수도 있어 매우 조심해야 한다.

* 콜레라 위험지역: 인도, 필리핀, 에티오피아, 케냐 등 34개국

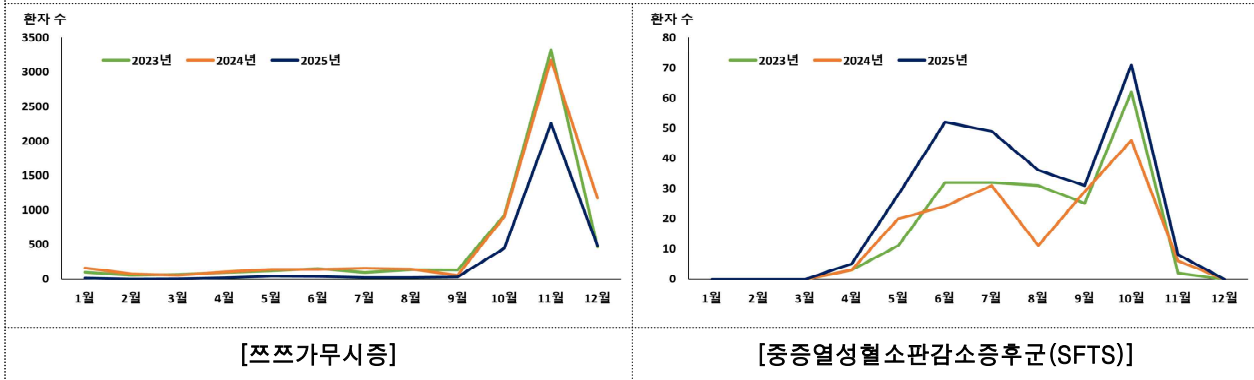
이를 예방하기 위해 여행 중 위생 상태가 불분명한 물과 음식은 먹지 않고, 충분히 익힌 음식을 섭취하며, 손을 자주 씻는 등 개인위생 수칙을 준수해야 한다. 또한, 귀국 후 증상 발생 시 의료기관을 방문하여 의료진에게 해외방문 이력을 알리고, 신속한 진단과 치료를 받아야 한다.

4. 진드기 매개 감염병 예방관리

가을철 환자가 증가하는 진드기매개감염병을 예방하기 위해 추석 연휴 기간 성묘·벌초 및 농작업 등 야외활동 시 예방수칙을 준수해야 한다.

국내에서 발생하는 주요 진드기매개감염병은 ‘쯔쯔가무시증’과 ‘중증열성혈소판 감소증후군(Severe Fever with Thrombocytopenia Syndrome, 이하 SFTS)’이며, 최근 3년간 전체 환자의 72.1%가 가을철(9~11월)에 집중적으로 발생하였다.

<최근 3년간 주요 진드기매개감염병 월별 발생 현황(2023 ~ 2025년)>



2025년 주요 진드기매개감염병 환자 3,685명을 대상으로 역학적 특성을 분석한 결과, 주요 감염위험요인으로 농업(과수업 포함) 활동이 28.0%, 텃밭이 30.6%, 제초(성묘 및 벌초 포함) 작업이 8.1%로 농작업과 제초작업이 약 66.7%로 높은 비중을 차지하였다.

<진드기매개감염병 환자의 주요 감염위험요인(2025년 기준)>

(단위: 명, %)

구 분	발생현황(명)	주요 감염위험요인		
		농업(과수업 포함)	텃밭	제초작업 (성묘 및 벌초 포함)
합 계	3,685	1,032(28.0)	1,127(30.6)	298(8.1)
쯔쯔가무시증	3,405	941(27.6)	1,032(30.3)	258(7.6)
SFTS	280	91(32.5)	95(33.9)	40(14.3)

쯔쯔가무시증은 털진드기 유충에 물린 후 10일 이내(잠복기) 고열, 오한 등 증상이 나타날 수 있으며, 가피(검은 딱지)가 형성되는 것이 특징이며, 환자는 주로 10~12월에 많이 발생하고, 올해 8월 말까지 123명 환자가 발생하여 전년 동기간(198명) 대비 37.9% 감소하였다.

SFTS는 SFTS바이러스를 보유한 참진드기에 물려 감염되며, 진드기에 물린 후 5~14일(잠복기)이 지나 고열, 구토 등 증상이 나타난다. 또한 백신과 치료제가 없으며 치명률이 18.0%로 높다. SFTS 환자는 주로 4~11월에 많이 발생하고, 올해 8월 말까지 94명의 환자가 발생하여, 전년 동기간(170명) 대비 44.7% 감소하였다.

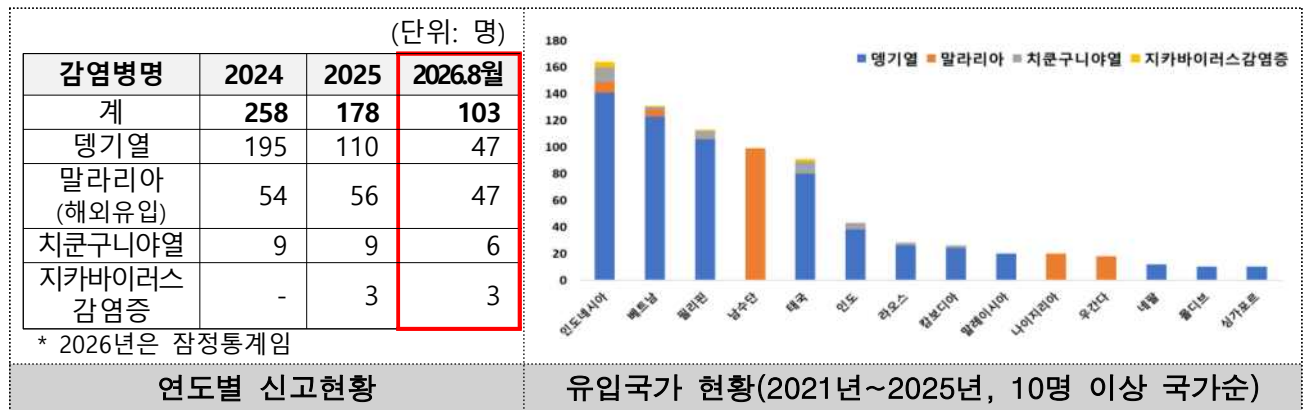
진드기매개감염병을 예방하기 위해서는 진드기에 물리지 않는 것이 최선의 방법이다. 추석연휴 동안 제초 활동(성묘 및 벌초), 농작업 등 야외 활동 시 긴 옷 입고 기피제 사용하며, 귀가 후에는 바로 옷을 세탁하고 샤워하는 등 예방수칙을 준수하는 것이 중요하다

추석연휴 기간에 야외 활동 후 약 2주 이내 발열, 구토, 설사, 소화기 증상 등이 나타나면 즉시 의료기관을 방문하여 의료진에게 진드기 물림이나 벌초, 농작업 등 야외활동력을 알리고 진료를 받아야 한다.

5. 모기 매개 감염병 예방관리

추석 연휴 기간 해외여행 증가에 따라 모기매개감염병의 국내 유입 위험이 높아질 수 있어 주의가 필요하다.

전 세계적으로 기후변화에 따른 모기매개 감염병이 빠르게 확산 중이나, 국내 해외유입 모기매개감염병 환자는 2025년 34주차(1.1.~8.22.) 105명, 2026년 같은 기간 동안에는 103명 발생하였다.



해외유입 모기매개감염병별 환자 발생 동향을 살펴보면, 뎅기열은 2025년에 106개국에서 500만 명 이상 발생, 사망자는 3,000명으로 보고되었고, 주로 미주지역(브라질, 멕시코, 콜롬비아 등)과 동남아시아 지역(베트남, 인도네시아, 방글라데시, 인도, 캄보디아, 태국 등)과 아프리카 지역(수단, 말리 등)을 중심으로 발생하였다. 뎅기열은 과거 감염력이 있더라도 다른 혈청형에 의해 재감염될 수 있으며, 중증 뎅기열(뎅기출혈열, 뎅기쇼크 증후군 등)의 경우 치사율(약 5%)이 높으므로 유행 지역 방문 시 주의가 요구된다.

말라리아는 2024년 80개국에서 약 2억 8,200만 명 발생, 610,000명이 사망하였으며, 특히 해외에서 유행하는 열대열 말라리아는 중증 진행 위험이 크고 합병증 발생 가능성과 치사율(10% 이상)이 높아 신속한 진단과 치료가 중요하다. 또한 위험지역 확인 후 해외여행 전 방문 지역에 유행하는 말라리아의 약제내성을 고려한 예방약을 처방받아 정해진 용법에 맞게 복용하는 것이 중요하다.

치쿤구니아열은 2025년 45만 명 발생, 146명 이상 사망자가 보고되었고, 주로 미주와 아시아 지역을 중심으로 많이 발생하고 있다. 대부분 회복되나, 눈 질환(포도막염, 망막염), 심장(심근염) 및 신경학적 합병증(길랑-바레 증후군)이 발생하고, 신생아와 기저질환이 있는 고령층에서는 중증 진행 위험이 크므로 더욱 주의가 필요하다.

지카바이러스 감염증은 브라질 등 풍토병 지역의 총 92개 국가에서 낮은 수준으로 보고되고 있다. 직접적인 모기물림 외에도 감염자와 성접촉 또는 모자 간 수직감염으로 전파될 수 있어 임신부 혹은 임신을 계획한 여성은 발생지역을 여행한 때에는 3개월간 임신 연기 등 감염 주의가 필요하다.

◀ 지카바이러스 감염증 임신부 및 임신계획 시 예방수칙 ▶

① 임신부

- 지카바이러스 감염증 발생국가*로 여행자제 및 연기 권고
* 지카바이러스 전파 및 이집트 숲모기 서식 국가
- 여행 전 의료기관 방문하여 여행 시 일반적 주의사항 상담받고 태아 건강상태 확인

② 임신 계획 시

- 지카바이러스 감염증 발생 국가를 여행하는 모든 여행객은 임신 계획 시 의료진과 상담을 통해 임신 시기 및 성접촉 주의 기간 확인 권고
- 남녀 모두 귀국 후 최소 3개월 간 임신 연기 및 성접촉 피하기

<덴기열, 치쿤구니아열 지카바이러스 감염증 매개모기>



<이집트숲모기>



<흰줄숲모기>

<말라리아 매개모기>



<알록날개모기>

해외유입 모기매개감염병의 예방을 위해서는 ❶해외 방문 전 해외감염병now.kr를 통해 방문 국가의 감염병 발생 정보를 확인하고, ❷여행 중 긴 팔 상의 및 긴 바지 착용과 모기 기피제 사용 등 예방수칙 준수를 통해 모기에 물리지 않는 것이 가장 중요하다.

임승관 질병관리청장은 “질병관리청은 추석연휴에도 비상방역체계를 유지하고 질병관리청 콜센터(1339)를 24시간 운영하는 등 감염병 발생 동향을 면밀히 살펴 신속히 대응하겠다”고 밝혔다.

이어 “추석은 가족과 친지가 함께하는 소중한 시간인 만큼 서로의 건강을 지키기 위한 노력이 중요하다”며, “연휴 기간 주의해야 할 감염병 정보를 미리 확인하고, 손씻기와 기침예절 등 생활 속 예방수칙을 실천하여 건강하고 즐거운 명절을 보내시길 바란다”고 당부하였다.

- <붙임> 1. 해외감염병 예방수칙 포스터
2. 수인성·식품매개감염병 예방수칙 포스터
3. 진드기매개감염병 개요
4. 진드기매개감염병 예방 홍보 리플릿
5. 모기매개감염병 예방수칙 카드뉴스

담당 부서 <총괄>	감염병정책국 감염병정책과	책임자	과 장	이선규 (043-719-7120)
		담당자	사무관	송신정 (043-719-7128)
담당 부서 <협조>	감염병정책국 감염병관리과	책임자	과 장	이형민 (043-719-7140)
		담당자	연구관	서순영 (043-719-7128)
		담당자	연구관	송정숙 (043-719-7141)
	감염병정책국 인수공통감염관리과	책임자	과 장	여상구 (043-719-7160)
		담당자	사무관	이현수 (043-719-7161)
		담당자	연구관	권정란 (043-719-7162)
	감염병위기관리국 검역정책과	책임자	과 장	이승은 (043-719-9200)
		담당자	사무관	정우재 (043-719-9218)



여권만큼 중요한 여행건강!

여행시기별 해외감염병 예방수칙

여행 전	여행건강오피셜에서 중점검역관리지역 확인하기 해외여행 전, 예방접종·예방약·예방물품 꼭 챙기기
여행 중	음식은 반드시 익혀 먹고, 생수나 끓인 물 마시기 야외활동 시에는 모기기피제를 사용하고, 긴 소매 상의·긴 바지·모자 착용 필수 야생동물 접촉 최대한 피하기 *동물에 물리거나, 굴렀다면 비옷을 세탁 및 병원 진료받기
여행 후	중점검역관리지역 방문 후 입국 시 Q-CODE 또는 건강상태질문서 제출하기 기침, 발열, 발진 등 감염병 의심 증상 발생 시 1339 질병관리청에 상담하기 *상담 시 최근 방문하신 국가를 반드시 알려주세요 감염병 의심 증상 있다면, 검역소에서 무료검사 받기! *호흡기 감염병 무료검사, 영가열 검사



□ 쯔쯔가무시증

구 분	내 용
정 의	□ 쯔쯔가무시균(<i>Orientia tsutsugamushi</i>) 감염에 의한 급성 발열성 질환
질병 분류	□ 제3급 법정감염병
병 원 체	□ <i>Rickettsiaceae</i> 과 <i>Orientia tsutsugamushi</i> - Rickettsia(리케치아)는 세균과 바이러스의 중간적인 성질을 나타내며, 그람 음성 세균의 세포벽을 지니고 항균제에 감수성을 보이고 절지동물 매개체에 의해 감염되는 특징 - 다양한 혈청형: 국내에서는 Boryong형, Karp형, Gilliam형 등이 존재
매 개 체	□ 털진드기 유충 - 주요 매개체: 대잎털진드기(<i>Leptotrombidium pallidum</i>), 활순털진드기(<i>L. scutellare</i>)
감염 경로	□ 쯔쯔가무시균에 감염된 털진드기 유충에 사람이 물려 감염 (주로 경작지 주변의 풀숲 및 관목 숲에 분포) □ 사람 간 전파 없음
잠 복 기	10일 이내
호발 시기	10~12월
호발 대상	50대 이상
임상 증상	□ 전신적 혈관염을 일으키는 급성 발열질환 - 주요 증상: 발열, 가피(eschar), 반점상 발진, 림프절종대 - 심한 두통, 발열, 오한이 갑자기 발생하며 감기와 유사 - 발병 3~7일 후 몸통·사지에 반점상 발진이 나타나 1~2주일 후 소실 - 국소성 또는 전신성림프절 종대와 비장 비대를 보임 □ 털진드기 유충에 물린 부위에 나타나는 가피 형성이 특징적(진단에 중요) - 사타구니/생식기, 겨드랑이, 오금 등 피부가 겹치고 습한 부위에서 잘 발견됨 □ 소화기, 호흡기, 중추신경계 등 다양한 전신 증상이 동반될 수 있음
진 단	□ 검체(혈액, 조직, 가피)에서 <i>O. tsutsugamushi</i> 분리 동정 □ 회복기 혈청의 항체가가 급성기에 비하여 4배 이상 증가 □ 검체(혈액, 조직, 가피)에서 특이 유전자 검출
치 명 른	□ 0.1~0.3%(2011~2023년 국내 누적치명률 0.17%)
치 료	□ 독시사이클린, 아지스로마이신과 같은 항생제 치료
환자 관리	□ 환자격리·접촉자격리: 필요 없음
예 방	□ 위험환경노출 회피: 작업 및 야외활동 시에 털진드기에 물리지 않도록 주의 - 풀밭 위에 앉거나 눕지 않기, 옷을 벗어두지 않기 - 작업 시 작업복과 토시를 착용하고, 소매와 바지 끝을 단단히 여미고 장화 신기 - 작업 및 야외활동 후 샤워나 목욕을 하고, 작업복, 속옷, 양말 등을 세탁하기

□ 중증열성혈소판감소증후군(SFTS)

구 분	내 용
정 의	□ 중증열성혈소판감소증후군바이러스(<i>bandavirus dabieense</i>) 감염에 의한 질환
질병 분류	□ 제3급 법정감염병
병 원 체	□ 중증열성혈소판감소증후군바이러스(<i>Phenuiviridae</i> 과 <i>Bandavirus</i> 속에 속함)
매 개 체	□ 주요매개체: 작은소피참진드기(<i>Haemaphysalis longicornis</i>), 개피참진드기(<i>Haemaphysalis flava</i>), 뭇뚝참진드기(<i>Amblyomma testudinarium</i>), 일본참진드기(<i>Ixodes nipponensis</i>) 등
감염 경로	□ 주로 중증열성혈소판감소증후군바이러스에 감염된 참진드기에 물려서 감염 사람 간 전파 보고: 환자 혈액 및 체액에 대한 직·간접적 노출에 따른 전파 가능성 존재
잠 복 기	□ 5~14일
호발 시기	□ 4~11월
호발 대상	□ 주로 50대 이상
임상 증상	□ 주증상은 고열(38°C이상)과 위장관계 증상(오심·구토, 설사, 식욕부진 등) □ 출혈성 소인, 다발성장기부전 및 사망에 이르기도 함 - 혈소판·백혈구 감소에 따른 출혈성 소인(혈뇨, 혈변 등) 발생 - 피로감, 근육통, 말어눌·경련·의식저하와 같은 신경학적 증상 동반 - 다발성장기부전 동반 가능 □ 주요 검사소견 - 백혈구 및 혈소판 감소 - 혈청효소 이상 : AST, ALT, LDH, CK 상승
진 단	□ 검체(혈액)에서 중증열성혈소판감소증후군 바이러스 분리 □ 회복기 혈청의 항체가 급성기에 비하여 4배 이상 증가 □ 검체(혈액)에서 특이 IgM 항체 검출 □ 검체(혈액)에서 특이 유전자 검출
치 명 른	□ 12~47% 정도(2013~2024년 국내 누적치명률 18.0%)
치 료	□ 증상에 따른 대증요법
환자 관리	□ 환자 관리 : 격리 필요 없음 - 단, 혈액 및 체액에 의해서는 전파 될 수 있으므로 의료종사자는 예방 원칙 준수: 환자 접촉시 의료종사자는 표준주의지침과 비말 및 접촉주의 지침을 준수 □ 접촉자 관리 : 격리 필요 없음
예 방	□ 진드기에 물리지 않도록 주의 □ 야외활동 시 - 풀밭 위에 옷을 벗어두지 않기, 눕지 않기, 풀밭에서 용변 보지 않기 - 돛자리 사용, 사용 후 세척하고 햇볕에 말리기 - 일상복과 작업복을 구분하여 입기 □ 야외활동 후 - 옷을 털고 세탁하기, 샤워·목욕하기 - 몸에 진드기가 붙어 있는지 꼼꼼히 확인하기 □ 환자/감염동물의 혈액 및 체액에 대한 직·간접적 노출 주의

진드기는 흔적을 남깁니다!

관리 1 증상 살펴보고!

고열/오한

두통

근육통

오심/구토/설사

관리 2 물린흔적 찾아보고!

검은 딱지

물린 자국

[주요 물리는 부위]

관리 3 빨리 치료하고!

진드기매개감염병이란?

- 세균이나 바이러스에 감염된 진드기에 물려 발생하는 감염병*입니다.
*프랑카우시증, 중증열성혈소판감소증후군(SFTS), 렉스병 등
- 주로 텃밭작업 등 농작업을 하거나, 등산, 나뭇채취 등의 야외활동을 하는 경우 감염위험이 있습니다.
- 발열, 근육통, 설사 등 **갑자기 몸살 증상과 유사하므로 빠른 진단을 위해서는 병원 진료 시 농작업 또는 야외활동력을 의료진에게 알려야 합니다.**
- 진드기에 물리지 않도록 예방수칙을 잘 지키면 충분히 예방할 수 있습니다.

SFTS 환자 5명 중 1명 사망
아프면 의료기관 방문

진드기매개감염병의 최선의 예방책은 진드기에 물리지 않는 것!!

질병관리청

진드기매개감염병! 최선의 예방책은 진드기에 물리지 않는 것입니다

예방 1 옷 제대로 입고

- 모자
- 목수건
- 목이 긴 양말
- 등산화

긴팔

장갑

긴바지

예방 2 기피제 뿌리고

[진드기 기피제 주요 성분 및 함량]

- 디페틸메틸카리데이트(DEET) 7~30% 이하 : 말린드기, 참진드기
- 이페리딘 : 7% (말린드기), 15% (참진드기, 참진드기)
- 피크타닐 : 12.5% (말린드기), 14% (참진드기, 참진드기)
- *프랑카우시증/말린드기, SFTS/참진드기

예방 3 풀숲 회하고

예방 4 털고, 씻고, 빨래하고

털고
에어컨으로 진드기 털기

씻고
전신 샤워 및 진드기 찾기

빨래하고
아외복 세탁하기

어디에나 있는 모기매개감염병을 조심하세요!

국내 발생



말라리아, 일본뇌염

해외 발생



덴기열, 지카바이러스 감염증,
치쿤구니아열, 말라리아, 황열

3시간마다
모기기피제
사용



가정용
살충제 사용 및
방충망 정비



야와·야간활동 시
밝은색
긴옷 착용



발열, 오한 등
의심증상 시
진료받기



해외여행 전 미리 준비하세요!

- ✓ 말라리아 예방약 복용
- ✓ 황 열 출국 10일 전 예방접종