

COVID-19, 독감, RSV에 관해 알아야 할 사항

COVID-19, 독감(플루), 호흡기 세포 융합 바이러스(respiratory syncytial virus, RSV) 등의 호흡기 바이러스는 가을 및 겨울에 더 유행합니다.

COVID-19, 독감, RSV는 각자 다른 바이러스로 유발되는 일반적인 질병입니다. 세 가지 모두 발병한 사람이 기침, 재채기, 대화를 할 때 생성되는 비말로 전파됩니다. 이러한 비말이나 감염된 점액, 타액이 눈, 코, 입에 들어가면 감염될 수 있습니다.

노령자, 어린이 및 특정 기저 질환을 앓는 분은 이러한 바이러스를 통해 병을 앓거나 중증 질환으로 발전할 가능성이 가장 높습니다. 여러분과 가족을 안전하게 지키기 위해 알아 두셔야 할 정보는 다음과 같습니다.



증상

COVID-19, 독감, RSV의 증상은 유사합니다.

- **COVID-19** 및 **독감**의 증상으로는 발열, 오한, 기침, 재채기, 콧물, 코막힘, 피로, 인후통, 숨 가쁨, 호흡 곤란, 근육통, 몸살, 두통, 메스꺼움, 구토 및 설사 등이 포함될 수 있습니다. 또한, 미각과 후각의 변화나 상실도 나타날 수 있으나 이는 COVID-19에서 나타날 가능성이 더 큼니다.
- **RSV**는 보통 기침, 재채기, 콧물, 코막힘, 오한, 낮은 발열 및 식욕 부진 등 경미한 감기 유사 증상을 유발합니다. 어린 영아의 경우 예민함, 활동 감소, 수유 또는 호흡 곤란이 유일한 증상으로 나타날 수 있습니다.



예방

자신과 자녀, 다른 사람들을 COVID-19, 독감, RSV로부터 보호하는 방법은 무엇입니까?

백신을 접종하세요! **COVID-19**과 **독감** 백신은 발병, 입원, 사망 확률을 줄여줍니다. 생후 6개월 이상의 모든 이들은 다음을 따라야 합니다.

- 심지어 COVID-19 백신을 전에 접종하였거나 COVID-19를 앓은 경우에도 2023년~2024년 철을 위해 수정된 2023년 9월부터 접종 가능한 최신 COVID-19 백신을 접종하십시오.
- 매년 독감 백신을 접종하십시오.

60세 이상이거나 임산부들을 위한 신규 **RSV** 백신이 있습니다. RSV 백신 접종이 귀하께 적합한지 담당 의료 서비스 제공자와 상담하십시오.

또한 생후 8개월 미만인 모든 영아에게 첫 RSV철 동안 권장되는 영아의 RSV 예방을 위한 새로운 주사제가 있습니다. 예방 약물은 심장 및 폐 질병 및 조기 출산 영아들과 같이 심각한 RSV의 고위험군인 경우 연령이 더 높은 영유아에게도 제공됩니다.

나 자신과 다른 사람들이 병에 걸리지 않도록 보호하기 위해 할 수 있는 일이 또 무엇이 있을까요?

다음의 핵심 예방 조치를 따르십시오.

- 공공 실내 장소 및 붐비는 장소, 그리고 몸이 아픈 상태에서 다른 사람들 주위에 있을 때 잘 밀착되는 마스크를 착용합니다. 가능하면 N95, KN95, KF94 등 고품질의 마스크 착용을 고려하십시오.
- 몸이 아프면 자택에 머무릅니다. 직장에 출근하지 않고 아이가 아픈 경우 데이케어나 학교에 보내지 마십시오. 외출 시 다른 사람들 근처에 있는 것을 피하십시오.
 - paidfamilyleave.ny.gov/COVID19을 방문하여 본인 또는 자녀가 COVID-19에 감염되었을 경우의 유급 휴가에 대해 알아보십시오. 도움이 필요하면 855-491-2667 로 전화하십시오.
- 자신과 자녀의 손을 자주 씻습니다. 눈, 코, 입을 만지는 것을 피합니다. 특히 몸이 아플 때 자주 접촉하는 표면 (문이나 싱크 손잡이 등)을 주기적으로 닦습니다.



치료받기

언제, 그리고 어떻게 검사를 받나요?

증상이 있는 경우, 즉시 **COVID-19**와 **독감** 검사를 받아 치료 대상인 경우 바로 치료를 시작하도록 하십시오. 많은 진료소, 클리닉, 응급 진료 센터, 약국에서는 COVID-19 및 독감 검사를 제공하고 있습니다. 오직 검사를 위해 응급실을 방문하지는 마십시오. COVID-19 검사소를 찾으시려면 nyc.gov/covidtest를 방문하십시오. 자택 COVID-19 검사도 이용하실 수 있습니다.

RSV 검사는 일반적으로 귀하나 자녀가 받게 되는 치료에 영향을 미치지 않습니다. 이런 이유로, 많은 의료 서비스 제공자는 해당 검사를 영아, 65세 이상 고령자, 중증 질환 고위험군에게만 제공할 수 있습니다.

어떤 치료가 제공되나요?

경구용 항바이러스 약 등의 **COVID-19** 및 **독감** 치료는 합병증, 입원, 사망 위험을 줄입니다.

- COVID-19 또는 독감에 대해 양성 판정이 나오는 경우, 치료가 빠를 수록 효과가 좋으니 즉시 담당 서비스 제공자에게 연락해 치료를 받으십시오.
- 독감으로 인한 합병증 고위험군이신 분들은 독감 검사 결과를 기다리지 마시고 담당 서비스 제공자와 상담하십시오.

RSV를 위한 특정한 치료 방법은 없습니다.

귀하 또는 자녀가 보유한 바이러스의 종류와 무관하게 담당 의료 제공자에게 열과 다른 증상을 개선하기 위한 비처방 의약품에 대해 문의하십시오. 또한, 수분을 충분히 섭취하고 자녀가 아픈 경우 수분을 충분히 공급하십시오.

언제 진료를 받아야 하나?

귀하 또는 자녀가 대면 진료를 받아야 하는지 여부, 그리고 치료와 증상 완화에 대해 담당 서비스 제공자에게 문의하십시오. 자녀가 다음의 증상을 보이면 담당 서비스 제공자에게 연락하십시오.

- 입마름 또는 소변량 감소(젖은 기저귀의 수량 감소) 등의 탈수 증세
- 3일 이상 지속되거나 104°F(40°C) 이상이 유지되는 발열, 또는 3개월 미만 아기의 경우 모든 발열
- 평소와 다른 신경질, 식사나 수면량

담당 의료 서비스 제공자에게 연락이 닿지 않는 경우, 응급 진료 센터나 응급실을 방문하십시오.

성인 또는 어린이에게 호흡 곤란(어린이의 경우 호흡이 빨라지거나 앓는 소리를 내거나 코가 벌름거리거나 호흡을 위해 목 근육을 사용하는 방식으로 나타날 수 있음), 입술 또는 입이 창백해지거나 푸른색으로 변함, 정신 상태 혼란, 심각한 탈수, 또는 기타 우려되는 증상이 나타나는 경우, **911**번으로 전화하거나 가까운 병원을 방문하십시오.

자녀가 증상이 없거나 경미하거나 중간 정도의 증상이거나 혹은 검사만이 필요하신 경우 병원을 방문하지는 마십시오. 대부분의 경우 저절로 또는 집에서 복용할 수 있는 약만으로도 COVID-19, 독감, RSV로부터 회복됩니다.

어디에서 치료를 받을 수 있나요?

귀하나 자녀에게 담당 서비스 제공자가 없는 경우 다음을 따르십시오.

- 근처 응급 진료 센터나 클리닉을 방문합니다.
- 보유한 의료 보험을 확인해 원격 의료 문의 전화가 있는지 확인합니다.
- **expresscare.nyc** 또는 631-397-2273 번으로 NYC Health + Hospitals Virtual ExpressCare에 연락합니다. 이민 신분 또는 지불 능력과 무관하게 매일 24시간 200가지 이상의 언어로 진료를 받을 수 있습니다.
- **aspr.hhs.gov/testtotreat**를 방문하거나 800-232-0233으로 전화하여 COVID-19 "Test to Treat"(치료를 위한 검사) 장소를 찾으십시오.
- **Vaccinefinder.nyc.gov**를 방문하여 COVID-19 또는 독감 접종소를 찾으십시오.