

# 코로나바이러스 질병 (COVID-19)

## 1. 코로나바이러스란 무엇입니까?

코로나바이러스는 바이러스라는 큰 과에 속합니다. 이들 중 다수는 동물을 감염 시키지만 동물에서 나온 일부 코로나 바이러스는 사람간에 전염이 될 수 있는 새로운 코로나 바이러스로 진화 (변이) 될 수 있습니다. 이것이 COVID-19로 알려진 질병을 일으키는 SARS-CoV-2로 알려진 신종 코로나 바이러스에서 일어난 일입니다. 사람이 걸린 코로나 바이러스 질병은 일반적으로 감기처럼 경증에서부터 보통 수준의 질병을 유발합니다.

## 2. 코로나바이러스는 어떻게 전염됩니까?

독감과 같은 다른 호흡기 질환과 마찬가지로 코로나 바이러스는 일반적으로 다음을 통해 바이러스에 감염된 사람으로부터 다른 사람에게 퍼집니다:

- 기침이나 재채기를 할 때 나오는 비말을 통해
- 감염된 사람을 돌보는 것과 같은 밀접한 접촉을 통해서
- 바이러스가 있는 물건이나 표면을 만진 다음 손을 씻기 전에 입, 코 또는 눈을 만지는 행동을 통해서

## 3. COVID-19의 증상은 무엇입니까?

보고된 증상들은 가벼운 증상이 있는 사람부터 병원에 입원을 필요로 할 만큼 심하게 아픈 사람, 그리고 사망하는 사람까지 다양합니다.

증상은 다음과 같습니다:

- 발열
- 기침
- 호흡곤란



### 요점

- COVID-19는 친밀한 접촉을 통해 또는 바이러스가 있는 물체나 표면을 만져서 전염됩니다.
- 필수 서비스를 이용해야 하거나 필수 작업자가 아닌 이상 모든 사람은 집에 있어야 합니다.
- 열이 나고 기침이 나거나 숨이 가쁘면 항상 집에 머물고 다른 사람들로부터 자신을 격리하십시오
- 보건 당국은 LA 카운티에서 신종 코로나바이러스 확산을 늦추기 위한 사회적 거리 두기 운동을 실천하는데 당신의 도움이 필요합니다.
- 추가 질문이 있으면 211 번으로 전화하십시오

### 더 많은 정보:

로스앤젤레스 카운티 공중 보건국

2-1-1로 전화하십시오

<http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/>

질병 통제 및 예방 센터 (CDC)

# 코로나바이러스 질병 (COVID-19)

## 4. 이러한 증상이 나타나면 어떻게 해야 하나요?

많은 사례를 보면 대부분의 사람들은 독감처럼 가벼운 증상만 나타내므로 회복 후 최소 3 일 (72 시간) 동안 집에 있어야 합니다. 이는 해열제를 사용하지 않고 발열증세가 사라지고 호흡기 증상(예: 기침, 숨 가쁨)에 개선이 있어야 하며, **그리고 증상이 처음 나타난 이후로 부터** 최소 7 일이 지나야 합니다.

노인, 임산부 및 면역 체계가 약화된 사람 또는 다른 의학적 문제를 겪는 사람들은 이러한 증세가 나타나면 의사에게 미리 연락해야 합니다. 호흡이 곤란하거나 계속 구토하는 경우 응급실로 가거나 911에 전화하십시오. 그렇지 않으면 진료를 받기 전에 의사에게 연락하는 것이 좋습니다.

모든 밀접 접촉자들에게 당신과의 마지막 접촉 후 14 일 동안 격리에 되어야 한다고 알려주십시오. 밀접 접촉에는 모든 가족 구성원, 친밀한 접촉 및 10분 이상 감염된 사람으로부터 6 피트 이내에 있는 모든 개인이 포함되며 증상이 시작되기 48 시간 전부터 격리가 끝날 때 까지를 포함합니다. 또한, 당신의 체액 및/또는 분비물과 접촉(예: 기침/재채기에 노출됨, 식기도구 공유나 타액 또는 보호 장비를 착용하지 않은 상태에서 간호)한 모든 사람은 격리 상태에 있어야 합니다.

## 5. 코로나 바이러스 검사를 받을 수 있습니까?

대부분의 사람들은 휴식을 가지면 차차 호전될 것이므로 가벼운 증상이 있는 경우에는 검사를 위해 의사를 방문하지 않아도 됩니다. 호흡 곤란이 있거나 계속 구토하는 경우 의사의 진찰을 받거나 응급 상황인 경우 911에 전화하십시오. 노약자, 면역력이 약하거나 다른 건강상 문제가 있는 특정 환자들은 미리 의사에게 연락해야 합니다. 질문이 있으시면 방문 전에 진료소나 의사에게 연락하십시오.

아무런 증상이 없을 경우에는 COVID-19 검사 받는 것을 권장하지 않지만 증상 없이 검사를 받았을 경우 결과가 양성으로 나오면 검사를 받은 날로부터 최소 7 일 동안 집에 머물고 대중으로부터 격리되어야 합니다. 검사 결과가 음성으로 나오면 별도로 해야 할 일은 없습니다.

증상이 없는 상태로 격리 중에 검사를 받은 경우 양성결과가 나오면 검사를 받은 날로부터 최소 7 일 동안 집에 머물고 대중으로부터 격리되어야 합니다. 격리 기간도 그 날에 종료됩니다.

# 코로나바이러스 질병 (COVID-19)

반면에, 증상없이 검사를 받았고 검사가 음성인 경우이더라도 COVID-19 질병에 걸렸거나 COVID-19 증상이 있는 사람과의 마지막 접촉 후 14 일 동안 격리 상태를 유지해야 합니다.

## 6. 신종 코로나바이러스는 어떻게 치료되니까?

COVID-19로 인한 질병에 대한 구체적인 치료법은 없습니다. 하지만 많은 증상들은 치료 가능합니다. 치료는 환자의 상태에 따라 다릅니다.

현재 신종 코로나바이러스를 예방할 수 있는 백신은 없습니다. 감염을 예방하거나 치료할 수 있다고 허위 광고를 하는 가짜 제품들을 주의하십시오.

## 7. 신종 코로나바이러스가 미국에 퍼지고 있습니까?

네. 로스앤젤레스 카운티를 포함하여 미국내 지역사회 확산이 증가하고 있으며 이 확산은 계속될 것으로 보입니다. 저희의 목표는 대중과 의료 시스템을 보호하기 위해 감염 확산을 늦추는 것입니다.

## 8. COVID-19로부터 자신과 다른 사람을 보호하려면 어떻게 해야 하나요?

COVID-19 질병에 걸리거나 다른 사람을 감염시킬 위험을 줄이기 위해 모든 사람이 일상에서 취할 수 있는 조치가 있습니다.

다음 사항을 취하십시오:

- 보건 담당관 명령을 준수하기 위해 사회적 거리 두기를 실천하십시오. 필수 서비스를 이용해야 하거나 필수 작업자가 아닌 이상 모든 사람은 집에 있어야 합니다. 외출할 때마다 가능한 한 다른 사람과 6 피트 떨어져 있어야 합니다.
- **만일 귀하가 필수 작업자라면 아플 경우 집에 있어야합니다.**
- 특히 화장실에 다녀온 후, 식전, 기침이나 재채기 및 코를 풀고 난 후에는 비누와 물로 20 초 이상 손을 씻으십시오.
- 비누와 물을 구할 수 없는 경우 60% 이상의 알코올이 들어간 손 소독제를 사용하십시오. 손이 눈에 띄게 더러우면 항상 비누와 물로 손을 씻으십시오.
- 손을 씻지 않고 눈, 코 및 입을 만지지 마십시오.

# 코로나바이러스 질병 (COVID-19)

- 아픈 사람들과 키스나 컵이나 식기를 공유하는 등의 접촉을 피하십시오.
- 일반 가정용 청소약품을 사용하여 자주 만지는 물체와 표면을 청소하고 소독하십시오.
- 기침 혹은 재채기할 때 티슈로 가린 후에 티슈를 쓰레기통에 버리십시오. 티슈가 없다면, 소매를 이용하십시오(손을 사용하지 말 것).
- 이번 해에 독감 예방 주사를 맞지 않은 경우 독감 예방 주사를 맞으십시오.
  - 모든 불필요한 여행은 피하십시오

## 9. 마스크를 착용해야 합니까?

의료 전문가가 조언하지 않는 한 건강한 사람들은 COVID-19로부터 자신을 보호하기 위해 마스크를 착용하는 것을 권장하지 않습니다. COVID-19 증상이 있거나 COVID-19를 보유한 개인이 진찰받기 위해 집을 나서야 할 때 마스크 (사용 가능한 경우) 또는 안면 가리개를 사용할 수 있습니다.

두건이나 수건 등으로 만든 안면 커버는 일반 대중이 필수적인 서비스나 물품을 얻기 위해 짧은 시간 동안 집을 비워야 할 때 코와 입을 가리기 위해 사용할 수 있지만, 이러한 커버는 의무적인 것이 아닙니다. 이 얼굴 커버는 사회적 거리를 두는 것과 손을 정기적으로 씻는 것과 같은 다른 예방 조치를 대신할 수 없다는 점에 유의해야 합니다. 이 얼굴 커버는 자신이 감염된 상태에서 아직 증상을 보이지 않는 경우 다른 사람을 보호하는 데 사용됩니다. 의료 서비스 제공 업체 및 COVID-19 환자에게 치료를 제공하는 사람들을 위해 호흡기 및 의료용 마스크를 보유해 두는 것이 중요합니다.

## 10. 여행할 때 어떻게 자신을 보호할 수 있습니까?

현재 미국에 도착하는 모든 해외 여행객은 도착 후 14 일 동안 집에 있어야 합니다. 집에서 건강을 모니터링하고 사회적 거리를 두어야 합니다. 발열과 기침 또는 호흡 곤란 증상을 보이는 모든 여행자는 서비스 제공자에게 전화하여 증상과 여행 경로에 대해 알려주십시오

여행에 관한 최신 권장 사항은 질병 통제 및 예방센터의 COVID-19 정보 웹 페이지에서 확인하십시오  
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/index.html>

# 코로나바이러스 질병 (COVID-19)

## 11. 학교 및 사업장 폐쇄에 관해 어떤 것을 알아 두어야 하나요?

COVID-19의 지역 사회 확산 사례들을 감안할 때, 로스앤젤레스 카운티 보건 책임자와 캘리포니아 주지사는 질병 확산을 늦추기 위해 많은 사람들이 밀접하게 접촉하는 비 필수 사업을 폐쇄했습니다. 이러한 사업에는 영화관, 행사장, 바 및 나이트 클럽, 체육관, 볼링장, 오락실, 놀이터, 헤어 및 네일 살롱, 비 필수 소매점, 실내 쇼핑몰 등이 포함됩니다. 또한, 식당 및 기타 음식 제공 시설은 현장 서비스없이 배달, 픽업 또는 드라이브 스루로 제한됩니다.

대중 교통, 식료품점, 공동 생활 및 건강 관리 시설과 같은 필수 서비스는 계속 운영되지만 다른 사람과 최소한 6 피트의 거리를 두고 손을 씻을 수 있는 곳을 갖추어야 합니다

보건당국은 현장 운영이 일시적으로 줄어들 경우 단체들과 학교들이 중요 서비스를 제공하도록 권장하고 있습니다. 자녀의 학교 또는 보육원과 상담하여 비상 운영 계획에 대해 알아보고 미리 가능한 대체 육아 준비를 하십시오. 또한, 고용주와 상의해서 작업장이 폐쇄되거나 운영이 줄어들 경우 요구되는 사항에 대해 알아보십시오.

## 12. COVID-19에 대해 스트레스를 받으면 어떻게 해야 하나요?

전염병 발생에 대한 뉴스를 듣거나 읽거나 시청할 때 불안감을 느끼고 스트레스의 징후를 보이는 것은 일반적인 증상입니다. 자신의 신체적, 정신적 건강을 돌보는 것이 중요합니다. 대처에 도움이 되는 방법에 대한 정보는 보건 당국 웹 사이트 내 "감염성 질병 발생 중 스트레스 대처"를 참조하십시오. 도움이 필요하면 로스 앤젤레스 카운티 정신 건강 센터 24/7 헬프 라인 (800) 854-7771로 전화하거나 2-1-1로 전화하십시오.

## 13. 또 무엇을 할 수 있습니까?

- 아직 의료 제공자가 없는 경우 의료 제공자를 찾으십시오.
- 격리가 필요할 경우를 대비하여 14일치용 음식과 기타 보급품이든 비상 키트를 정비해 두십시오. 다른 비상 사태와 마찬가지로 준비하는 것이 중요합니다.
- 신종 코로나바이러스에 대한 최신의 정확한 정보는 신뢰할 수 있는 출처를 통해 항상 확인하십시오.
  - 로스앤젤레스 카운티 공중 보건부 (LACDPH, 카운티)

# 코로나바이러스 질병 (COVID-19)

- <http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus>
- 캘리포니아 공중 보건국 (CDPH, 주)
  - <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/nCOV2019.aspx>
- 질병 통제 및 예방 센터 (CDC, 국제)
  - <http://www.cdc.gov/coronavirus/novel-coronavirus-2019.html>
- 세계 보건기구 (WHO, 국제)
  - <https://www.who.int/health-topics/coronavirus>

궁금한 점이 있고 다른 사람과 이야기하고 싶다면 2-1-1로 전화하십시오