



# 1

메르스 행동수칙

## 바르게 알고 철저히 예방합니다

### 내가 혹시 메르스?



메르스 환자가 발생한 의료기관에 방문했던 사람 중에 발열, 기침, 호흡곤란 등이 생겨 메르스가 의심되면 바로 병원으로 가지 말고 지역의 보건소로 전화해 안내에 따라 행동합니다.

**증상이 없더라도 메르스 노출 병원에 다녀왔다면 반드시 신고합니다.**

※ 노출 병원은 [www.mers.go.kr](http://www.mers.go.kr) 에서 확인



### 예방은 손씻기 기침예절 등 기본에서 시작!

- 비누로 자주 손을 씻고, 씻지 않은 손으로 눈, 코, 입을 만지지 않습니다.
- 기침·재채기를 할 때는 손이 아닌 휴지나 옷소매로 입과 코를 가리며, 발열이나 기침이 심한 사람과의 접촉을 피합니다.



현명한  
병·의원 이용법

- 가벼운 질병은 거주지 인근 의료기관을 이용합니다.
- 비응급 상황에서는 응급실 내원을 자제합니다.
- 병문안은 가급적 삼가고, 특히 노약자는 더 주의합니다.
- 병원 방문 시에는 마스크를 착용하고, 손씻기 등 개인위생에 더 신경씁니다.

# 2

메르스 행동수칙

## 우리 모두의 노력이 필요합니다

### 자가 격리 됐어요



- 외출을 하지 않습니다. (자가 격리 기간 : 접촉일로부터 14일)
- 집 안에서도 가족과 방을 따로 쓰며, 가능하다면 화장실도 단독으로 사용합니다.
- 동거인이 있다면 집 안에서도 꼭 마스크를 착용합니다.
- 생활용품(식기, 컵, 수저, 수건, 침구 등)은 함께 쓰지 않습니다.
- 창문을 열어 집 안을 자주 환기시킵니다.
- 발열, 기침, 호흡곤란 등이 생기면 신고전화로 바로 연락합니다.

### 자가 격리자와 한집에 산다면



- 격리 대상자를 도와줄 사람만 남고, 다른 가족은 잠시 다른 곳에서 생활합니다.
- 격리 대상자의 혈액, 체액·땀, 침, 가래, 콧물, 토사물, 소변, 용변 등과 같은 분비물을 만질 때는 일회용 마스크와 장갑 등을 착용합니다.
- 한번 사용한 마스크와 장갑 등은 재사용하지 않습니다.
- 식탁, 손잡이, 욕실기구, 변기, 전화기, 키보드, 태블릿 PC 등 접촉이 많은 표면은 적절한 청소용품(희석한 락스 등)을 사용해 매일 닦아줍니다.
- 격리 대상자와 본인의 건강 상태를 계속 확인합니다.



자가 격리자  
긴급 생계지원 문의

보건복지콜센터



국번없이

# 129