



원숭이두창

원숭이두창 감염자를 위한 고립 지침

본 지침은 원숭이두창 감염 진단을 받은 사람을 위한 안내입니다. 또한 원숭이두창 진단 검사에서 음성 결과를 얻을 때까지 기다리는 원숭이두창 감염 의심자를 위한 정보입니다. 이외에도 의료 환경 또는 단체 시설 (예: 교정시설 및 노숙자 임시 숙소)에 있는 사람을 위한 다른 지침이 있습니다.

이 지침을 따라 타인을 보호하고 원숭이두창의 전파를 줄이는 것이 중요합니다.

원숭이두창의 전파 방법

원숭이두창은 다음과 같은 경로를 통해 전파됩니다:

- 원숭이두창에 걸린 사람의 상처, 가피(딱지)와 피부 간 직접 접촉
- 구강 내 염증이 있는 사람의 상처이나 침과 같은 염증을 가진 원숭이두창 감염자의 발진, 가피(딱지) 또는 감염자의 체액과의 직접적인 피부 접촉
- 원숭이두창에 걸린 사람의 체액 또는 호흡기 분비물과의 직접적인 피부 접촉
- 원숭이두창 감염자의 상처나 체액에 닿는 날카로운 물체(바늘 등)에 찔리거나 접촉
- 원숭이두창에 걸린 사람의 상처나 체액에 접촉한 매개물 (예: 침구류, 수건, 의복) 세척하지 않은 물품. (참고: CDC (미 질병통제 예방센터)는 원숭이두창에 감염될 위험을 낮다고 합니다).

원숭이두창 감염자는 증상이 시작된 시점부터 발진이 아물고 가피(딱지)가 떨어지고 새 살이 돋을 때까지 병을 전파할 수 있습니다. 이 과정은 보통 2-4주가 소요됩니다.

원숭이두창에 걸린 임신부는 태반을 통해 태아에게 바이러스를 전파할 수 있습니다. 바이러스는 출산 중이나 후에 아기와의 직접적인 접촉을 통해서도 전파됩니다.

자세한 정보는 [원숭이두창 자주 묻는 질문\(FAQ\)](#)을 확인하십시오.

고립 기간

다음에 해당하는 경우 고립해야 합니다:

- 원숭이두창 증상이 완전히 회복되었다고 의사가 진단하기 전까지는 원숭이두창 감염을 의심해야 합니다.
- 아래에 나와있는 일상 활동이나 제한적으로 활동을 재개할 수 있는 기준을 충족할 때까지 원숭이두창에 감염된 것으로 의심해야 합니다.

응급 상황이거나 의사의 진료가 필요한 경우를 제외하고 집에 머무르십시오.

다음의 모든 기준을 충족하면 외출 시 제한적으로 활동을 재개할 수 있습니다:

- 해열제를 복용하지 않고 최소 48 시간 동안 발열 증상이 없는 경우 및
- 지난 48 시간 동안 새로운 피부 병변이 발생하지 않은 경우 및
- 노출된 모든 피부 병변이 완전히 치유(예: 상처 가피가 떨어지고 피부 병변 부위에 새로운 피부 층이 형성됨)되는 경우

위의 모든 기준이 충족되고 다른 사람과 밀접한 신체적 접촉이 있거나 우려되는 환경에서 필수 방문자를 들이지 않는 한 제한된 활동을 재개할 수 있습니다 (아래 상자 참고). 아래의 외출 시 지키는 예방 수칙에 설명된 조치를 따르십시오.



업무 복귀하기

외출 시 제한된 활동을 재개하기 위한위의 모든 기준을 충족했다면, 다음의 경우* 대면 업무에 복귀할 수 있습니다:

- 직접적인 신체적 접촉이나 대면 접촉이 필요하지 않은 직업(예: 마사지 치료, 피부 미용, 성관련 업종)일 경우
- 우려되는 환경에서 근무하지 않는 경우 (아래 상자 참고) 및
- 화상으로 근무할 수 없는 경우

*Cal/OSHA 또는 면허가 혹은 인증 기관 별로 추가 요구 사항이 있을 수 있기 때문에 업무에 복귀하기 전에 고용주와 확인하십시오.

이와 같은 업무 복귀 기준을 충족하지 않을 경우 정상 업무 활동 복귀 기준을 충족할 때까지 **대면 업무에 복귀하지 마십시오** (아래 참고).

학교에 다시 등교하기

위의 기준을 모두 충족하는 만 8세 이상의 어린이가 실외 활동을 제한적으로 다시 시작하려면 신체 접촉을 요구하는 스포츠 관련 활동에 참여하지 않는다면 대면 학습과 기타 교육활동 (방과후 학교 프로그램 등)을 재개할 수 있습니다.

만 8세 미만의 어린이는 기준을 충족하지 않은 대면 보육시설 또는 학교에 다시 등교하지 않도록 합니다. (아래 참조).

우려되는 환경

다음 곳은 우려되는 환경입니다:

- 노숙자 쉼터, 이주자 쉼터, 긴급 대피소, 물질 사용 장애 치료 시설 등
- 보건 의료 환경
- 주 및 지역의 교정시설 및 구치소
- 성인 및 노인 장기 요양 시설 및 물리 치료 관련 가정 방문 서비스
- 영유아부터 취학 전 어린이를 위한 보육 시설에서 기저귀, 화장실, 수유, 위생 및 일반적인 신체 접촉이 수반되는 돌봄 시설
- K-12 학교 및 기타 시설 (방과후 학교 프로그램)에서 밀접한 신체적 접촉이 필요한 만 8세 이하의 취학 연령 어린이 또는 고학년 어린이와 직접 신체 접촉이 필요한 환경, 이 연령의 어린이와 직접 신체 접촉이 필요한 근무 환경 등

다음에 해당하는 경우 정상 활동을 재개할 수 있습니다:

- 모든 피부 병변이 치유(예: 상처 가피가 떨어지고 피부 병변 부위에 새로운 피부 층이 형성되었음)되는 경우 **및**
- 해열제를 복용하지 않고 최소 48시간 동안 발열을 비롯한 기타 다른 증상이 없을 경우

성관계 참고: 피부 병변이 회복된 후에도 성관계 파트너에게 원숭이두창을 전파할 위험이 있을 수 있습니다. 이것은 바이러스가 정액과 다른 생식기 분비물에 남아 있을 수 있기 때문입니다. 고립을 종료한 후에 성관계 시 우리가 더 많은 정보를 밝혀내기 전까지는 12주 동안 콘돔을 사용하는 것을 권장합니다.



지침

가정 내 예방 수칙

정상 활동 재개를 위한 기준을 충족할 때까지 가정 내 다른 구성원을 보호하기 위해 다음 지침을 따라 주십시오.

- 노출된 피부 병변을 가리십시오 (아래의 피부 병변 참고).
- 함께 거주하는 사람과 반려동물과의 밀접 접촉을 피합니다.
 - 가능하면 별도의 방에서 취침하십시오.
 - 가능하면 개별 화장실을 사용하십시오. 별도의 욕실을 사용할 수 없다면 직접 소독을 하거나 미 질병통제 예방센터(CDC)의 웹사이트 [가정, 직장 및 기타 지역사회 환경의 청소 및 소독](#) 지침을 따라주십시오.
 - 타인과 같은 방에서 지내는 시간을 최소화합니다.

가정 내 타인과 같은 방에서 함께 시간을 보내야 하는 경우, 모든 피부 병변을 적절한 옷, 장갑 및/또는 붕대로 덮고 신체적 접촉을 최소화하십시오. 또한 본인과 같은 방에서 함께 거주하는 사람(만 2세 이상인 경우)은 얼굴에 편안하게 맞는 마스크나 잠깐이라도 밀접 접촉 시 (예: 6피트 내) 호흡 보호구를 착용해야 합니다. 특히 소아, 임산부, 모유 수유 임산부 또는 중증으로 진행될 수 있는 고위험군인 면역 저하자, 아토피 피부염이나 습진 병력이 있는 사람과 장기간 접촉을 피해야 합니다.
- 포옹, 마사지, 키스, 침대에서 공유하거나 구강, 향문, 질 성관계를 피하거나 다른 사람의 성기나 향문 또는 다른 사람들과 밀접한 피부 간 접촉을 피하십시오. 침구류, 수건, 의류, 주방용품, 컵, 전자 제품 등 소독하지 않았다면 다른 사람 또는 동물과 함께 사용했던 물품을 공유하지 마십시오 (아래 참조).
- 착용하거나 만진 물품을 세탁 혹은 소독하고 피부 병변이 닿은 표면을 청소하고 소독하십시오. 가능하면 직접 청소하십시오.
- 걸 천이 씌워진 가구와 시트커버, 방수 매트리스 커버, 담요 또는 방수포를 교체하여 세탁이 불가능한 다공성 표면이 오염되지 않도록 하십시오.
- 하루 내내 손을 자주 씻고 특히 병변과 직접 접촉하고 나서 씻으십시오. 다른 가족 일원들은 손을 자주 씻어야 합니다. 20초 동안 비누와 물로 손을 씻거나 최소 60% 이상 알코올이 함유된 손 세정제를 사용하여 손을 씻어주십시오.

병변이 몸의 다른 부위로 전파되는 위험을 줄이기

- 눈으로 세균이 전파되는 것을 막기 위해 콘택트 렌즈 착용을 피합니다.
- 피부 병변/발진이 있는 신체 부위를 면도하지 않도록 합니다.

세척, 소독 및 폐기물 처리

- **세탁물:** 침구, 수건, 의류는 따뜻한 물과 세제를 사용하여 일반 세탁기로 세탁할 수 있습니다. 오염된 세탁물은 감염시키는 입자가 확산될 수 있는 방식으로 털거나 다뤄서는 안 됩니다.



원숭이두창

원숭이두창 감염자를 위한 고립 지침

- 세탁하지 않은 본인의 세탁물을 다른 사람이 만져야 하는 경우 노출 위험을 줄이기 위해 장갑과 얼굴에 꼭 맞는 마스크를 착용하고 세탁물과 접촉할 수 있는 노출된 피부를 덮어야 합니다.
- **자주 접촉하는 모든 물품을 청소하십시오.** 다른 사람이 청소해 줄 경우 최소한 일회용 장갑과 호흡 보호구를 착용하도록 합니다.
 - 접시류 및 식기 도구는 식기 세척기 또는 손으로 온수와 비누로 씻어야 합니다.
 - **더러운 표면을** 세척하고 소독해야 합니다. 시중에 판매되는 일반 가정용 세척/소독 제품을 사용할 수 있습니다. [EPA 웹사이트](#)를 방문하여 EPA-등록 소독 제품 목록을 참조하십시오.
 - 제조사의 제품 라벨을 보고 표면을 소독할 수 있는 적절한 제품인지 확인합니다.
 - 표면이 눈에 띄게 더럽거나 사전에 세척을 요하는 사항이 있을 경우 비누와 물로 사전에 세척하고 미리 청소하십시오.
 - 접촉 시간 지침을 따르십시오. 제품의 효과를 보장하기 위해 표시된 시간 동안 표면을 젖은 상태로 유지해야 합니다. 필요할 경우, 제품을 다시 적용하십시오.
- **쓰레기/폐기물:** 고립을 수행하는 방에 장갑, 봉대, 키친 타월 및 기타 일반 쓰레기의 폐기를 위해 쓰레기통 내부에 봉지를 씌워 까십시오. 쓰레기 봉투를 밀봉하고 일반 쓰레기와 함께 폐기하십시오. 쓰레기를 취급하고 폐기할 때는 장갑을 착용하십시오.

원숭이두창 감염 중 또는 감염 이후 청소에 대한 자세한 내용과 팁은 CDC의 [가정, 직장, 기타 지역사회 환경의 청소 및 소독](#)를 참조하십시오.

피부 병변

다른 사람과 함께 거주하거나 접촉할 경우, 가능하면 모든 피부 병변/발진 부분을 옷, 장갑 및/또는 봉대로 덮으십시오.

- 병변을 옷으로 덮거나 응급 처치 테이프나 반투성 봉대로 고정시킨 거즈 조각으로 묶은 봉대 (공기는 통하지만 액체가 통과되지 않는 불침투성 봉대) 예: 거즈 패드와 Tegaderm™ 사용 또는 이와 유사한 제품.
- 손에 있는 병변이 보이지 않도록 장갑을 끼십시오.
- 다른 사람이 병변에 접촉하거나 사용할 수 있는 물건이 병변에 닿지 않도록 합니다. 병변 치료를 위한 의료 제공자의 권장 사항을 따르십시오. 발열, 고름이나 병변 주변에 열, 홍조와 종창(부어오름)을 포함하는 바이러스 2차 감염의 징후가 보인다면 의료 진찰을 받으십시오.
- 가능하면 직접 봉대를 교체하고 일회용 장갑을 끼고 사용한 후에는 즉시, 손을 씻습니다. 병변을 소독하거나 봉대를 감는 데 도움이 필요할 경우 도움 제공자는 적어도 일회용 장갑, 긴 팔 옷과 올바른 마스크 착용 또는 호흡 보호구를 써야 합니다. 봉대를 교체할 때 접촉하는 모든 옷을 즉시 세척해야 합니다. 오염물 폐기는 위를 참고하십시오 (예: 봉대, 장갑).

마스크와 호흡 보호구

지난 48 시간 동안 모든 피부 병변이 치유되고 다른 증상이 없어질 때까지 다른 사람과 대면 시 항상 마스크와 호흡 보호구를 착용해야 합니다.

원숭이두창 바이러스는 호흡기 비말을 통해 전파될 가능성이 있습니다. 안전하게 지내기 위해 감염력이 있는 동안 주변에 여럿이 있을 때 잘 맞는 마스크 또는 호흡 보호구의 착용을 권장합니다. 이와 더불어,



원숭이두창

원숭이두창 감염자를 위한 고립 지침

가족 구성원들과 밀접하게 접촉할 경우 꼭 맞는 마스크와 호흡 보호구를 착용해야 합니다. N95, KN95 및 KF94 와 같은 호흡 보호구가 최선의 보호책을 제공합니다.

반려동물

감염자와의 밀접 접촉을 통해 반려동물에게 바이러스가 전염되거나 타인에게도 바이러스를 전파시킬 수 있습니다. 가정에서 키우는 반려동물 및 동물과의 밀접한 접촉을 피하고 CDC 웹사이트 [가정 내 반려동물](#) 지침을 따라주십시오, 밀접한 접촉은 쓰다듬기, 안아주기, 포옹하기, 키스, 핥기와 취침 및 음식을 함께 나눠먹기 행위 등입니다.

실외에서 반려동물을 산책할 필요가 있다면 몸에 있는 피부 병변/발진을 의류, 장갑 및/또는 붕대로 완전히 덮고 외출 시에는 편안하게 잘 맞는 마스크를 착용해야 합니다.

외출 시 예방 수칙

집에서 고립을 수행 중에 응급 상황이거나 의사의 치료가 필요한 경우 다음을 실천해 주십시오:

- 가능하면 본인이 직접 운전해 가십시오. 차량 공유 또는 승차 공유가 유일한 선택권이라면 혼잡한 교통 정체를 되도록 피하십시오. 가능하면 자신과 차량 창문 간의 거리를 두고 창문을 여십시오.
- 아물지 않은 모든 병변을 옷이나 붕대로 가리십시오 (위의 [피부 병변](#) 참조).
- 타인과 만날 때는 얼굴에 편안하게 맞는 마스크나 호흡 보호구를 항상 착용하십시오 (위의 [마스크 및 호흡용 보호구](#) 참고).
- 손을 물과 비누로 자주 씻고 알코올 함량의 손 세정제를 사용하거나 병변과 직접 접촉하는 것을 피하십시오.

실외 활동을 제한적으로 재개하기 위한 [기준](#)을 모두 충족한 경우:

- 위의 예방 수칙을 따라 주십시오.
- 밀접한 신체적 접촉이 있는 활동에 참여하지 않기 (예: 마사지, 피부미용 등) 또는 우려되는 환경에서 불필요한 방문을 하지 않도록 합니다 (위 상자 참고)
- 수건 또는 기타 물품을 타인과 공유하는 것을 피하십시오.
- 술집(바), 클럽, 파티, 사우나와 목욕탕 등과 같은 혼잡한 장소를 피합니다.
- 다른 사람과 키스, 포옹과 성적 접촉과 같이 직접적인 피부 간 접촉이나 은밀한 밀접한 신체적 접촉을 피합니다.

밀접 접촉자에게 노출되었음을 알려주십시오

증상이 발현된 후에 성관계 상대자와 매우 밀접하고 친밀한 접촉 및/또는 장시간 접촉한 사람에게 연락하십시오. 가능한 한 빨리 이들에게 연락을 취하여, 밀접 접촉자들이 [백신 접종](#)을 할 수 있도록 합니다 (백신 접종을 아직 받지 않았을 경우). 노출된 후에 백신 접종을 받으면 중증 질환으로 발전하지 않도록 막습니다. 원숭이두창 증상이 있는 지 미리 살펴볼 수 있을 것입니다.

공중 보건국의 전화에 응답해 주십시오

공중 보건국의 전화에 응답해 주시기 바랍니다. 증상 발병 전후에 귀하가 참여한 활동에 대해 문의하기 위해 연락을 취할 것입니다. 이것은 원숭이두창 노출 경로를 확인하고 노출 가능성이 있는 잠재적인 감염자를 확인하기 위한 것입니다. 당국은 귀하에게 치료가 필요한지 아니면 병원에 입원해야 하는 지





원숭이두창

원숭이두창 감염자를 위한 고립 지침

여쭙볼 것입니다.

자세한 정보

질문이 있는 경우 ph.lacounty.gov/monkeypox 를 방문하거나 자세한 정보를 알아보려면 CDC 원숭이두창 웹사이트의 [아플 경우 대처 방법](#) 을 방문하여 확인하십시오.

의료 제공자가 없거나 고립에 관한 질문이 있는 경우 공중 보건 콜 센터 (오전 8 시에서 오후 8 시 30 분 운영)에 1-833-540-0473 으로 문의하십시오.

