

## 자신과 다른 사람들 보호하기

COVID-19는 로스앤젤레스 카운티 전역에서 사람들을 병들게 하고 있습니다. 주로 감염자가 기침, 재채기, 말을 할 때 나오는 비말을 통해 밀접 접촉하는 다른 사람에게 전파됩니다. 무증상 확진자도 COVID-19를 전염시킬 수 있습니다.

### 1. 증상은 무엇입니까?

- 기침, 발열, 호흡 곤란이 가장 흔한 증상입니다. 기타 증상에는 오한, 피로, 근육통 또는 몸살, 두통, 인후염, 오심 또는 구토, 설사, 코막힘 또는 콧물, 이전에 없던 미각 또는 후각의 상실 등이 있습니다. 본 목록에는 모든 가능 증상이 포함되어 있는 것은 아닙니다.
- COVID-19에 걸린 대부분 사람들은 가벼운 증상을 겪으며 자가 치유됩니다.
- 그러나 고령자나 건강에 문제가 있는 사람들은 중증 질환으로 발전할 수도 있습니다. 위의 증상 중 어느 하나라도 나타나면 의료 서비스 제공자에게 진단 검사, 고립, 치료에 관해 상의하십시오.

### 2. 자신과 타인을 어떻게 보호할 수 있습니까?

- 백신을 접종하십시오. COVID-19 백신 접종은 심각한 감염과 사망 그리고 다른 사람에게 전염시킬 수 있는 위험성을 줄입니다.
- 안면 마스크를 착용하십시오. 여러 복지팀이 안면 마스크를 나누어 주고 있습니다. 만약 마스크를 구할 수 없으면 스카프나 다른 천으로 코와 입을 가리십시오.
- 타인으로부터 최소 6피트 이상의 거리를 유지하십시오. 어떤 사람은 아파도 증상이 나타나지 않을 수 있으므로, 가능할 때마다 밀접 접촉을 피하십시오.
- 비누와 물로 20초 동안 손을 자주 씻거나 알코올 함유량 60%의 손 소독제를 이용하십시오.
- 눈, 코, 입을 만지는 것을 피하십시오.



## 자신과 다른 사람들 보호하기

- 본인이 만 65세 이상이거나 건강에 문제가 있거나 임신부라면 전염병 발병이 끝날 때까지 보호소나 기타 유형의 주거지에 머무르는 것을 고려하십시오. 이런 곳에서 여러분이 질병에 걸리지 않도록 도와주기 위한 서비스를 제공하고 있습니다.
  - 기침이나 재채기할 때 휴지로 가리고 사용한 휴지는 휴지통에 버리십시오. 티슈가 없다면 소매를 이용하십시오 (손은 이용하지 말 것).
  - 음료, 음식, 담뱃대, 담배, 침구, 담요를 공유하지 마십시오.
  - 누군가와 거주 공간을 공유한다면, 머리 방향을 반대로 하여 주무십시오.
  - 본인 혹은 다른 사람이 만진 물건을 가정용 세척제 혹은 알코올이 함유된 물티슈로 세척하십시오.

## 3. 제가 아프면 어떻게 해야 할까요?

- 주치의에게 연락하십시오. 주치의가 없다면, 211에 전화하여 의사를 찾아보십시오. 의사나 병원에서 본인이 아플 때 진료를 받도록 도와줄 것입니다.
- 복지팀 직원 혹은 거리 건강 관리팀에게 본인이 아프다는 사실을 알리십시오. 그분들은 여러분이 노숙을 하는 동안 진료받거나 안전하게 머물 수 있는 장소를 찾거나 회복하는 데 필요한 물품을 구하도록 도와줄 수 있습니다.
- 마스크를 착용하고 다른 사람들과 최대한 거리를 두십시오.
- 상태가 악화되면 911에 전화하거나 응급실로 즉시 가십시오.

자세한 내용은 카운티 웹사이트에서 확인하십시오.

[www.publichealth.lacounty.gov](http://www.publichealth.lacounty.gov)

6/9/21 People Experiencing Homelessness Pocket Card (Korean)