

COVID-19

COVID-19은 무엇인가요?

COVID-19는 2019년에 사람에게서 처음 발견된 질병입니다. SARS-CoV-2 (중증성호흡기증후군 코로나바이러스 2)에 의해 유발되었습니다. 신종 바이러스이기 때문에 신중하게 연구하고 있고 계속 배우는 중입니다. COVID-19에 걸린 대부분의 사람이 경미한 증상을 보이고 있지만, COVID-19은 심각한 질병과 심지어 사망까지 유발할 수도 있습니다. 일부 사람은 COVID-19로 인해 심각한 질병에 걸릴 위험이 크며, 특히 백신 미접종 고령자와 **특정 질환**이 있는 백신 미접종자는 더욱 그렇습니다. 또한 감염되어도 증상이 나타나지 않을 수도 있습니다. 일부는 COVID-19 후유증을 겪기도 합니다. 여러 새로운 증상이 나타나거나 재발할 수 있으며 기존 질환이 몇 주 또는 몇 개월 동안 지속될 수도 있습니다. 처음에 증상이 없었던 사람도 COVID-19 후유증을 겪을 수 있습니다. [CDC의 장기 후유증](#)을 참조하십시오.

코로나바이러스의 변이는 무엇입니까?

모든 바이러스와 마찬가지로 SARS-CoV-2도 돌연변이를 통해 끊임없이 변화합니다. 이러한 돌연변이가 증식해 "변이"라고 하는 약간 다른 유형의 바이러스를 생성합니다. 돌연변이로 인해 때로는 바이러스가 더 쉽게 확산되고 사람들이 더욱 아프거나 치료나 백신에 대한 내성이 생깁니다. 현재 질병통제센터(CDC)는 미국에서 사용 승인한 3가지 백신 모두는 이러한 변이로부터 중병이나 사망으로부터 아주 효과적으로 방어합니다. LAC DPH의 [COVID-19 변이 관련 자주 묻는 질문](#)을 참조하십시오.

COVID-19는 어떻게 전파됩니까?

SARS-CoV-2 바이러스는 주로 COVID-19 감염자가 공기 중으로 방출된 호흡기 비말을 통해 사람 간에 전파됩니다. 예를 들어, 말을 하거나, 노래를 부르거나, 기침을 하거나, 소리를 지르거나, 재채기를 하거나, 숨을 거칠게 쉬는 상황 등이 있습니다. 다른 사람이 감염자의 비말을 호흡하거나 다른 사람의 눈, 코, 입에 닿습니다. COVID-19 감염자에게 가까이 갈수록 감염될 위험성은 높아집니다. 공기 순환이 잘 안되는 폐쇄된 장소도 감염될 위험이 높을 수 있습니다. 이는 바이러스가 함유된 비말의 농도가 높아지고 공기 중에서 6피트까지 퍼질 수 있기 때문입니다. 감염자가 떠난 후에도 비말은 공기 중에 남아 떠다닐 수 있습니다. 비말이 묻은 표면을 만진 후 눈, 코, 입을 만져 바이러스가 전파될 수도 있으나 일반적이지는 않습니다. CDC의 [COVID-19 전파 방법](#)을 참조하십시오.

COVID-19 증상은 무엇인가요?

COVID-19의 증상은 발열, 오한, 기침, 숨가쁨이나 호흡곤란, 피로감, 근육통이나 몸살, 두통, 인후염, 메스꺼움이나 구토, 설사, 코막힘이나 콧물, 이전에 없던 미각 또는 후각의 상실 중 하나 이상의 증상을 포함할 수 있습니다. 이러한 증상이나 우려되는 다른 증상이 있으시면 담당 의사와 상담하십시오. 의사를 찾는 데 도움이 필요하시면 연중무휴 하루 24시간 운영하는 헬프라인(helpline)에 2-1-1로 전화하거나 [211LA.org](#)를 방문하십시오. 증상에는 무엇이 있고 아플때 대처하는 법을 알려면 [ph.lacounty.gov/covidcare](#)를 방문하십시오.

COVID-19 검사는 언제 받아야 하나요?

다음의 경우 COVID-19에 대한 면봉 채취나 타액 검사를 받아야 합니다 (백신 접종 완료 상태와 관계없이):

- COVID-19 증상이 있는 경우 또는
- COVID-19 감염자와 **밀접 접촉**한 경우

직장, 학교, 거주 위치에 따라 검사가 필요할 수도 있습니다. 검사에 대한 자세한 내용을 알려면 [ph.lacounty.gov/covidtests](#)를 방문하십시오. 무료 검사를 위한 예약은 [covid19.lacounty.gov/testing](#)을 방문하거나 2-1-1로 전화하십시오.

COVID-19

COVID-19 검사에서 양성 판정을 받았다면 어떻게 해야 하나요?

COVID-19 검사에서 양성 판정을 받았다면 반드시 고립해야 합니다. 증상이 시작되었을 때부터 최소 10일 동안 약을 복용하지 않고 열이 없어진 후 최소 1일 후에 그리고 증상이 호전될 때까지 집에 머무르고 다른 사람과 거리를 두십시오. 증상이 없으면 검사에서 양성 판정을 받은 날부터 10일 동안 반드시 고립해야 합니다. 자세한 내용은 ph.lacounty.gov/covidisolation 을 방문하십시오. 또한 ph.lacounty.gov/covidtests 에 있는 [바이러스 검사 결과 이해하기](#) 를 참조하십시오.

또한, 모든 밀접 접촉자에게 감염되었을 가능성이 있으며 면제 대상이 아닌 경우에는 반드시 격리해야 한다고 알려야 합니다. 이들에게 [밀접 접촉자를 위한 지침](#) 을 제공하십시오. ph.lacounty.gov/covidquarantine 에서 여러 언어로 찾아보실 수 있습니다. 밀접 접촉자는 건강하거나 백신 접종을 완료했다라도 지침을 반드시 준수해야 합니다.

COVID-19 감염자와 밀접 접촉했다면 무엇을 해야 하나요?

COVID-19 감염자와 [밀접 접촉](#)했다면, 건강하거나 백신 접종을 완료했다라도 모든 지침을 반드시 준수해야 합니다. 면제 대상*이 아닌 경우에는 격리가 필요할 것입니다. 감염자와 마지막으로 접촉한 날부터 14일 동안 스스로 건강을 모니터링하고 또한 각별한 주의를 기울여야 합니다.

지난 90일 동안 COVID-19 검사에서 양성 판정을 받은 경우를 제외하고는 COVID-19 검사를 받을 것을 권장합니다.

격리 기간을 포함한 자세한 내용은 ph.lacounty.gov/covidquarantine에서 [밀접 접촉자를 위한 지침](#) 을 참고하십시오.

*면제 대상: COVID-19 증상이 없고 또한 백신 접종을 완료했거나 지난 3개월(90일) 동안 COVID-19 검사에서 양성 판정을 받고 회복한 경우(즉, 고립 기간을 완료한 경우) 격리할 필요가 없습니다.

저는 백신 접종을 완료한 것으로 생각해도 되나요?

다음과 같이 접종을 마친 후 이(2)주가 지난 경우 백신 접종을 완료한 것으로 간주됩니다.

- 존슨앤드존슨(J&J)/얀센 COVID-19 백신의 1 차 접종 또는
- 화이자 또는 모더나 COVID-19 백신의 2 차 접종 또는
- 세계 보건 기구에서 긴급 사용을 승인한 COVID-19 백신 접종

자세한 내용은 ph.lacounty.gov/fullyvax를 참조하십시오.

COVID-19으로부터 자신과 다른 사람을 어떻게 보호할 수 있나요?

전염병을 막기 위해 우리는 모든 수단과 방법을 동원해야 합니다.

- **백신을 접종하십시오.** COVID-19 으로부터 자신을 보호하는 최선의 방법입니다. 백신 접종은 변이의 확산을 늦추고 새로운 더욱 위험한 변이가 출현할 가능성을 줄일 것입니다.
- **얼굴에 편안하게 맞고 여과가 잘 되는 마스크를 착용하십시오.** 자세한 내용은 ph.lacounty.gov/masks 를 참조하십시오.
- **COVID-19 이 쉽게 확산되는 특정 장소를 피하십시오.** 이런 장소에는 혼잡한 장소, 공기 순환이 잘 되지 않는 폐쇄된 공간 및 사람들이 서로 가까이에서 대화하는 공간이 포함됩니다.
- **공기 순환을 개선하십시오.** 창문과 문을 열고 공기 순환이 잘 되지 않는 실내 공간을 피하십시오.
- **야외 공간을 선택 하십시오.** 사회 활동이나 운동을 할 때는 야외로 나가도록 하십시오.

COVID-19

- 손을 씻고 손 소독제를 자주 사용하십시오. 특히나 많은 사람들이 만지는 표면이 있는 공공장소에 머문 후에는 손을 청결하게 하십시오
- 아프면 집에 머무르십시오.

자세한 조언은 ph.lacounty.gov/reducerisk를 참조하십시오.

COVID-19 백신은 어떻게 접종 받을 수 있습니까?

백신 접종은 LA 전역에서 사전 예약 없이 널리 이용 가능합니다. 가까운 접종소를 찾기 위해서는 www.VaccinateLACounty.com을 방문해 "백신 접종 방법"을 클릭하십시오. 예약에 도움이 필요하거나 백신 접종소까지 교통편이 필요하거나 외출이 불가능한 경우 주 7일 오전 8시부터 오후 8시 30분까지 1-833-540-0473으로 전화하실 수 있습니다. 2-1-1에 전화하시면 연중 무휴 24시간 여러 언어로 정보를 제공받으실 수 있습니다. 백신 접종은 항상 무료이고 이민 신분과 관계없이 만 5세 이상인 사람은 누구나 이용할 수 있습니다.

제가 여행을 해도 되나요?

아프거나 고립 또는 격리 상태인 경우에는 여행하지 마십시오. 백신 접종을 완료한 경우에는 여행이 가능합니다. 백신 접종을 완료하지 않은 경우에는 백신 접종을 완료할 때까지 여행을 연기하는 것이 좋습니다. 여행을 다녀오기로 선택했다면 여행 전후의 검사 및 여행 후 격리를 포함한 백신 미접종자를 위한 CDC의 [국내 및 해외](#) 여행 지침을 준수해야 합니다. 자세한 내용은 LAC DPH의 [여행 권고 사항 및 지침](#)을 참조하십시오.

COVID-19으로 여전히 스트레스를 받으면 무엇을 할 수 있을까요?

세계가 COVID-19 과 계속 싸워나가면서 본인의 건강과 사랑하는 사람들의 건강에 대해 우려, 걱정, 두려움이 더욱 커질 수 있습니다. 신체적 거리두기, 재정 문제, 생활 습관의 변화 및 다른 요인으로 인해 스트레스가 가중될 수도 있습니다. 고통의 징후를 주시하고 자기 관리를 정기적으로 하고 필요하면 도움을 요청하십시오.

여러분이나 지인이 힘든 시간을 보내고 있다면 연중무휴 하루 24 시간 이용 가능한 LA 카운티의 정신 건강부의 헬프라인 1-800-854-7771 로 전화해 도움을 받으십시오. 741741 에 "LA"라고 문자를 보내거나 담당 의사와 상의할 수 있습니다. 웹페이지 <http://dmh.lacounty.gov/resources> 에는 스트레스 관리와 정신 건강 개선에 도움이 되는 방법이 있고 마음챙김과 명상 자료가 있는 헤드스페이스 플러스(Headspace Plus)에 무료로 접속할 수 있습니다.

COVID-19에 관한 신뢰할 수 있는 정보는 어디에서 얻을 수 있습니까?

COVID-19에 대한 잘못된 정보와 사기가 많습니다. 신뢰할 수 있는 출처에서 다음 내용을 포함하는 COVID-19 관련 정확한 정보를 확인하십시오:

- 로스앤젤레스 카운티 공중 보건국:
 - COVID-19 정보: ph.lacounty.gov/Coronavirus
 - COVID-19 백신 접종:
 - [자주 묻는 질문 및 팩트시트](#), [백신 접종 방법](#)에 관한 정보 등은 VaccinateLACounty.com을 방문하십시오.
 - 백신 접종에 도움을 받기 위해서는 DPH의 백신 콜센터에 1-833-540-0473으로 매일 오전 8시부터 오후 8시 30분까지 또는 2-1-1 (연중무휴 하루 24시간 운영)로 전화하십시오.
- [캘리포니아주 공중 보건국](#)

COVID-19

- [미국 질병 통제 예방 센터](#)
- [세계보건기구 \(WHO\)](#)

