

무더위 쉼터 및 COVID-19

폭염은 국민 건강에 큰 위협이 되고 있습니다. 고온이나 폭염, 고습, 안 좋은 공기에 노출되면 열 탈진, 열사병 심지어 사망에 이르기까지 온열 질환을 비롯한 다양한 건강상의 문제를 일으킬 수 있습니다. 무더위 쉼터는 시원한 장소나 냉방시설이 없는 사람들을 폭염에서 구제하고 이들의 안전을 위해 지정된 장소입니다. 이것은 카운티, 도시 및 비영리 단체가 폭염이 기승을 부리는 동안 대중의 건강을 보호하는 하나의 조치입니다.

1. 무더위 쉼터란 무엇입니까?

무더위 쉼터란 무더운 날씨 더위를 식힐 수 있는 시설로 지역사회에 위치하고 있습니다. 특히 에어컨을 이용할 수 없는 사람에게 유용합니다. 무더위 쉼터에는 도서관, 지역사회 센터, 경로당 등 실내 냉방시설을 갖춘 정부시설이 포함됩니다.

2. 무더위 쉼터는 세계적 유행병이 발병하는 기간에 운영합니까?

네, 도서관, 지역사회 센터, 레크리에이션 센터 등 여러 공공장소와 커피숍, 쇼핑몰, 영화관 등 개인 사업장이 세계적 유행병으로 임시 휴업하고 있기 때문입니다. [근처 무더위 쉼터](#)에서 정보를 얻으시거나 211 번으로 전화하시면 됩니다.

3. 무더위 쉼터에 가는 것이 안전합니까?

무더위 쉼터의 직원과 방문객들의 건강과 안전이 최우선 과제입니다. 카운티에서는 무더위가 기승을 부리는 동안 무더위 쉼터를 안전하게 운영하고 보건 책임자의 명령과 물리적(사회적) 거리 두기 요건을 준수할 수 있도록 시와 함께 무더위 쉼터의 운영 계획을 수정했습니다. 주의 사항은 다음과 같습니다.

- **입장.** 직원과 방문객들은 몸이 아프면 집에 머물라는 지시를 받게 됩니다. 질병의 징후가 있거나, 이를 스스로 보고하는 사람은 퇴근을 요청받고 적절한 의료 서비스를 받으라고 할 것입니다.
- **안면 가리개.** 만 2 세 미만의 영유아를 제외하고 안면 가리개를 착용하지 않은 직원이나 방문객은 무더위 쉼터에 출입할 수 없습니다.
- **물리적 거리 두기.** 직원과 방문객들은 가족 구성원을 제외한 다른 사람과 최소 6 피트 거리를 두고 서는 물리적(사회적) 거리 두기를 실천하기를 권장합니다. 테이블, 의자 및 기타 물건은 적절한 거리를 유지하며 배치될 것입니다. 혼잡을 방지하기 위해 최대 입장 인원을 절반 이상 줄일 예정입니다.

무더위 쉼터 및 COVID-19

- **소통.** 무더위 쉼터의 시설 전체에 (코와 입을 가리는) 안면 가리개를 바르게 착용하는 방법, 손 씻기, 가리고 재채기와 기침하기, 얼굴 만지지 않기 등 주요 보호 조치를 직원과 방문객에게 상기시키기 위한 안내판을 게시할 것입니다.
- **보호 장비.** 출입구와 공동 구역에 손 세정제를 비치할 것입니다. 욕실에는 비누와 물로 손을 씻을 수 있는 필수품을 충분히 구비해 둘 것입니다.
- **식사.** 병에 든 생수는 제공될 것입니다. 방문객은 자신의 음식과 음료를 가지고 오시는 것이 좋습니다. 배달 음식도 허용됩니다. 음식을 보관할 장소나 냉장고는 없습니다. 가족 외에 음식을 공유하는 것은 허용되지 않습니다.
- **청소.** 무더위 쉼터는 청소 및 소독 절차를 따를 것입니다. 문손잡이, 난간, 계산대, 의자, 화장실, 바닥 등 자주 접촉하는 표면은 좀 더 자주 청소될 것입니다. 쓰레기는 정기적으로 수거되고 처리될 것입니다.

4. 냉방 시설을 갖춘 장소에서 시간을 보내는 것이 중요한 이유는 무엇입니까?

더운 날씨, 특히 며칠 동안 낮 밤으로 지속되는 무더위에 매일 최소 몇 시간만이라도 에어컨이 작동하는 시설에서 시간을 보내면 온열질환에 걸릴 위험을 줄이는 데 도움이 됩니다. 만약 당신이 나이가 많거나, 아주 어린 자녀가 있거나, [특정 질병](#)을 앓고 있다면 냉방 시설은 특히 중요합니다.

5. 온열 질환이란 무엇입니까?

온열 질환은 신체가 스스로 열을 식힐 수 없을 때 발생합니다. 가장 흔한 온열질환에는 열사병 또는 일사병, 열탈진, 열경련, 열발진 등이 있습니다. [온열 질환의 증상과 조치 방법을 자세히 알아봅시다.](#)

6. 폭염에 더위를 식히려면 어떤 조치를 취해야 합니까?

만약 여러분이 무더위 쉼터에 갈 수 없다면, 창문 차양과 커튼을 닫고, 물이나 무알코올, 카페인 없는 액체를 많이 마시고, 시원한 샤워나 목욕을 하고, 격렬한 활동을 제한하고, 난로나 오븐을 사용하지 않도록 하십시오.

7. 자세한 정보를 원하면 어디에 연락할 수 있나요?

문의 사항이 있으시면 211 번으로 연락하여 도움을 요청하시기 바랍니다.

무더위 쉼터에 관한 자주
묻는 질문

무더위 쉼터 및 COVID-19

자세한 정보:

자세한 정보와 조언을 원하시면, 카운티의 *더위에도 건강하기* 웹사이트인 <http://publichealth.lacounty.gov/eh/climatechange/ExtremeHeat.htm> 에 방문하십시오.