



인플루엔자(독감) 유행철

최근 업데이트: 2023 년 10 월

독감 예방접종은 생후 6 개월 이상인 모든 사람에게 무료입니다. 가을 및 겨울에는 독감 예방접종을 맞아 스스로를 보호하는 것이 중요합니다. 자세히 알아보려면

웹페이지 [BC 주 정부: 인플루엔자 예방접종\(Influenza vaccine\) 독감 예방접종\(flu vaccine\)](#)을 방문하십시오.

인플루엔자는 인플루엔자 바이러스에 의해 호흡기가 감염되는 것입니다. 해마다 인플루엔자가 우리 지역사회에서 확산되어 질병 및 발발을 일으키는 시기가 있는데, 이를 '인플루엔자철(독감철)'이라고 합니다. 인플루엔자철은 해마다 다릅니다. 일반적으로 가을, 겨울 및 초봄에 발생합니다. 평균적으로는 11 월 또는 12 월에 시작되어 2 월 또는 3 월까지 지속됩니다.

인플루엔자 감염의 중증도는 경증에서 중증까지 다양할 수 있습니다. 인플루엔자에 걸리면 다른 감염에 걸리는 등의 중병 및 합병증 위험이 생길 수 있습니다. 여기에는 바이러스성 또는 박테리아성 폐렴이 포함됩니다. 합병증 위험은 생명을 위협할 수도 있습니다. 해마다 많은 캐나다 국민이 인플루엔자 및 그 합병증으로 목숨을 잃습니다.

인플루엔자의 증상은 일반 감기 및 COVID-19 등 다른 호흡기 질환과 유사할 수 있습니다. [BC 주 COVID-19 자가진단 도구\(Self-Assessment Tool\)](#)를 사용하여 본인 또는 가족이 추가적 COVID-19 진단 또는 검사가 필요한지 알아보십시오. COVID-19 의 증상, 전염 경로 및 예방에 관해 자세히 알아보려면 [코로나바이러스\(COVID-19\) 보건 특집](#)을 참조하십시오. 몸이 아프면 열이 없어질 때까지 집에 머무십시오. 그래야 독감 또는 잠재적 COVID-19 의 확산을 방지할 수 있습니다. 일상적 활동에 복귀할 수 있을 만큼 나올 때까지는 다른 사람들과의 밀접한 접촉을 삼가하십시오.

계절성 인플루엔자가 무엇인지 정확히 알면 본인 및 가족이 병이 나는 것을 방지할 수 있습니다. 인플루엔자가 일으킬 수 있는 건강 합병증과 어떤 사람이 가장 위험한지 자세히 알아보십시오.

어떤 사람이 인플루엔자 예방접종을 맞아야 하나?

생후 6 개월 이상의 모든 사람은 거의 예외 없이 연례 인플루엔자 예방접종을 맞아야 합니다. 예방접종은 인플루엔자로 인한 중병의 위험이 높은 사람(유아 및 소아, 임신부, 65 세 이상 고령자, 특정 질환이 있는 사람 등)과 인플루엔자를 고위험자에게 전염시킬 가능성이 있는 사람에게 특히 중요합니다. 올가을 및 겨울에는 BC 주의 생후 6 개월 이상 모든 주민이 무료로 인플루엔자 예방접종을 맞을 수 있습니다.

약국은 4 세 이상에게는 주사용 백신으로, 2 세 이상에게는 비강 스프레이 인플루엔자 백신으로 예방접종을 투여할 수 있습니다.

인플루엔자에 관한 일반적 의문

[인플루엔자에 관한 가장 일반적인 의문\(most common questions about influenza\)](#)

몇몇에 대한 답을 찾아보십시오. 인플루엔자가 얼마나 중대할 수 있는지 알아보십시오. 인플루엔자가 어떻게 퍼지는지, 노출 증상이 나타날 때까지 얼마나 오래 걸리는지, 어떤 증상을 살펴야 하는지 알아보십시오. 예방접종에서 몸이 아프면 집에 머무르기와 손 씻기에 이르기까지, 인플루엔자를 예방하기 위해 여러분이 할 수 있는 일을 알아보십시오.

특집 주제

인플루엔자(독감)

인플루엔자, 예방법, 증상, 가정 치료법 등에 관해 알아보려면 [인플루엔자\(독감\)에 관한 사실\(HealthLinkBC File #12b\)](#)을 읽어보십시오.

인플루엔자 예방접종

인플루엔자 백신은 건강을 유지하고, 병을 예방하고, 심지어 목숨을 구하는 안전하고 가장 효과적인 방법입니다. 인플루엔자 예방접종에 관해 알아보려면 아래 링크를 클릭하십시오.

- [비활성화 인플루엔자\(독감\) 백신\(HealthLinkBC File #12d\)](#)
- [인플루엔자\(독감\) 예방접종: 낭설과 사실\(HealthLinkBC File #12c\)](#)
- [약독화 인플루엔자 생백신\(HealthLinkBC File #12e\)](#)
- [왜 고령자는 비활성화 인플루엔자\(독감\) 백신을 맞아야 하나\(HealthLinkBC File #12a\)](#)

손 씻기

손 씻기는 본인 및 타인의 건강을 지키는 최선책의 하나입니다. 수시로 손을 씻으면 인플루엔자를 일으키는 바이러스 등 병원균의 확산을 막을 수 있습니다. 자세히 알아보려면 [손 씻기: 세균 전염을 예방하십시오\(HealthLinkBC File #85\)](#)를 읽어보십시오.

인플루엔자 정책 및 제도

- [BC 주 정부: 인플루엔자 통제 프로그램: 자주하는질문 - 인플루엔자 백신\(Influenza Control Program: Frequently Asked Questions - Influenza Vaccine\)](#)
- [BC 주 정부: 인플루엔자 통제 프로그램: 자주하는질문 - 마스크 착용\(Influenza Control Program: Frequently Asked Questions - Masking\)](#)

- [BC 주 정부: 방문자에 대한 인플루엔자 정책\(Influenza Policy for Visitors\)](#)
- [BC 주 정부: 자원봉사자에 대한 인플루엔자 정책\(Influenza Policy for Volunteers\)](#)
- [BC 주 정부: BC 주 인플루엔자 예방 정책\(Provincial Influenza Prevention Policy\)](#)

유용한 웹사이트

BC 주 질병통제센터(BC Centre for Disease Control)

BCCDC 는 전염성 및 만성 질병, 상해, 환경적 보건 위험 등을 줄이기 위한 각종 보건 홍보 및 예방 서비스와 진단 및 치료 서비스를 제공합니다. BCCDC 는 또한 정부 및 보건 당국에 분석 및 정책 지원을 제공합니다.

- [인플루엔자\(Influenza\)](#)
- [BC 주의 백신\(Vaccines in BC\)](#)

BC 주 정부

예방접종이 중요한 이유 등, [인플루엔자 백신\(influenza vaccine\)](#)에 관해 자세히 알아보십시오. 예방접종을 맞는 방법과 접종 대상자를 알아보십시오.

ImmunizeBC

ImmunizeBC 는 백신으로 예방할 수 있는 BC 주의 각종 질병에 의한 감염을 줄이기 위해 노력합니다. ImmunizeBC 는 개인, 가정 및 보건 의료 서비스 제공자에게 예방접종에 관한 정보를 제공합니다. 또한, BC 주의 일반 가정이 예방접종을 더 쉽게 맞을 수 있도록 하기 위한 각종 도구도 제공합니다. BC 주 전역의 인플루엔자 클리닉을 찾아보거나, 인플루엔자 및 인플루엔자 백신에 관해 자세히 알아보려면 아래 링크를 클릭하십시오.

- [인플루엔자 백신에 관한 자주하는 질문\(Frequently asked questions about influenza vaccines\)](#)
- [인플루엔자\(독감\) 백신\(Influenza \(flu\) vaccine\)](#)

캐나다 정부

증상, 위험, 치료, 예방 등, [계절성 인플루엔자\(seasonal influenza\)](#)에 관한 여러 가지 의문에 대한 답을 찾아보십시오.

인플루엔자 보건 특집(Influenza Health Feature)에 기재된 정보는 2023 년 9 월 5 일에 접근한 [Health Canada - National Advisory Committee on Immunization](#), 2023 년 9 월 5 일에 접근한 [BCCDC: Vaccines in BC](#) 및 2023 년 9 월 5 일에 접근한 [ImmunizeBC - Influenza](#) 에서 발췌한 것입니다.

더 많은 HealthLinkBC File 주제를 찾아보려면 www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files 또는 관내 보건소를 방문하십시오. BC주 내에서 비응급 보건 정보 및 조언을 찾아보려면 www.HealthLinkBC.ca를 방문하거나 **8-1-1**(무료 전화)로 전화하십시오. 청각 장애인은 **7-1-1**로 전화하십시오. 요청에 따라 130여 개 언어로의 번역 서비스가 제공됩니다.