

## 코로나 19 동안 아동, 청소년 및 가정

### 학교

3월 봄방학이 종료된 이후부터 K-12 교직원, 학생, 학교 방문객은 마스크를 의무적으로 착용하지 않아도 됩니다. 공중 보건관의 지난 마스크 착용 권고는 개인의 선호에 따른 선택사항이 되었습니다. 일부 학생 및 교직원들은 종일 또는 특정 활동에만 비의료 마스크 또는 안면 가리개 착용을 선택할 수 있습니다. 교내 마스크 착용 여부는 개인의 결정으로, 반드시 존중되어야 합니다.

자세한 내용은 다음 사이트를 참조하십시오.

- [BC 질병통제센터: 보육, 학교 및 캠프](#)
- [BC 질병통제센터: K-12 학교 및 코로나 19](#)
- [브리티시컬럼비아 주정부: 코로나 19 안전한 학교](#)
- [브리티시컬럼비아 주정부: 부모 및 가정을 위한 정보](#)
- [브리티시컬럼비아 주정부: K-12 일일 상태 점검](#)
- [브리티시컬럼비아 주정부: K-12 학습 환경에서 코로나 19 전염병 지침서\(PDF, 585KB\)](#)

### 교내 바이러스 노출

학교가 수업을 재개함에 따라 코로나 19 바이러스 노출에 대한 우려가 있을 수 있습니다. 현지 보건 당국의 교내 바이러스 노출에 대한 자세한 지침은 다음을 참조하십시오:

- [프레이저 헬스: 교내 집단발병](#)
- [인테리어 헬스: 코로나 19 교내 바이러스 노출](#)
- [아일랜드 헬스: 코로나 19 안전한 학교](#)
- [노던 헬스: 공중 노출, 발병 및 시행](#)
- [벤쿠버 코스타일 헬스: K-12 학교 및 보육 커뮤니티](#)

귀하와 자녀는 코로나 19 검사가 어떻게 제공되는지 궁금해할 수 있습니다. 검사 대상 어린이의 불안과 걱정을 덜어주기 위해 BC 어린이 병원에서 유익한 비디오를 제작했습니다. 어린이 검사전문가는 비디오를 통해 검사 방식을 소개하고 검사 동안 어떤 느낌이 들지에 대해 보여줍니다. [어린이 코로나 19 검사](#)에 대한 자세한 내용을 보려면 지금 비디오를 시청하십시오. 감기, 인플루엔자 또는 코로나와 유사한 증상이 있는 사람 모두 증상이 가볍더라도 검사가 권장됩니다. 증상이 없다면 검사를 받을 필요가 없습니다. 의사의 추천서나 **8-1-1** 번으로 전화할 필요가 없습니다. [검사 및 검사 장소에 대해 자세히 알아보십시오.](#)

# 산모 및 영아의 건강

## 임신

임신이 코로나 19 감염 위험을 높이지는 않습니다. 임신부는 지역사회의 모든 사람들과 동일하게 자가격리 지침을 따라야 합니다. 임신 중에 몸이 아프게 될 경우, 의료서비스 제공자에게 문의하여 코로나 19 검사를 받아야 합니다.

임신 및 코로나 19 에 대한 자세한 내용은 다음을 참조하십시오:

- [BC 여성병원, 코로나 19 환자를 위한 정보\(흔한 질문\)](#)
- [캐나다 정부: 코로나 19: 임신, 출산 및 신생아 보살핌](#)

## 영아 수유

모유수유는 아기가 병에 걸리는 것을 예방하는 좋은 방법입니다. 모유수유를 계속하고 아기의 피부가 엄마와 닿도록 자주 안아주십시오. 자주 손을 씻는 것이 아기가 아프지 않도록 예방하는데 도움이 될 수 있습니다. 몸이 좋지 않을 때에는 마스크 착용을 통해 보다 안전하게 수유하십시오. 유축기를 사용하는 경우, 유축기 및 수유 용품 모두를 매번 깨끗히 세척해야 합니다. 분유로 보충하거나 분유만 수유할 경우 2 주 동안 먹일 양을 확보해 두십시오.

코로나 19 동안 영아 수유법에 대한 자세한 내용은 다음을 참조하십시오:

- [BC 질병통제센터: 영아](#)
- [BC 질병통제센터: 모유수유 및 코로나 19](#) (PDF, 590KB)
- [주산기서비스 BC: 코로나 19 및 모유수유 자주묻는질문](#) (PDF, 89KB)
- [주산기서비스 BC: 코로나 19 및 분유 수유 자주묻는질문](#) (PDF, 139K)

# 코로나 19 동안 육아

팬데믹은 육아에 관련된 전례없던 어려움을 가져다 주었습니다. 아이들은 지루함을 견디지 못하거나 친구들을 그리워할 수 있습니다. 일부 아이들은 더이상 어린이집이나 학교에 나가지 않을 수 있습니다. 자녀의 신체 및 정신 건강에 대한 추가적인 우려가 생겼을지도 모릅니다.

## 팬데믹 중 긍정적 육아

어린이 및 청소년은 친구와 떨어져서 일상 활동에 참여할 수 없는 현 상황을 극복하기 위해 추가적 도움이 필요할 수 있습니다. 팬데믹에 대해 아동 및 청소년과 대화하는 법을 알아보십시오.

- [캐나다 소아학회: 아동 및 십 대가 스트레스를 유발하는 외부 일들에 대처하도록 돕기](#)
- [캐나다 소아학회: 아이들과 코로나 19 에 대해 어떻게 얘기할 수 있습니까? "현실적으로 안심"시키십시오.](#)
- [캐나다 소아학회: 코로나 19 동안 육아: 뉴프런티어](#)
- [미디어 스마트: 물리적 거리를 유지하며 친구들과 연락하도록 돕기](#)
- [미디어 스마트: 팬데믹 동안 소셜 미디어 및 스크린 타임](#)

## 청소년 및 부모를 위한 리소스

팬데믹 동안 청소년을 지원할 수 있는 방법에 대해 알아보십시오.

- [캐나다 소아학회: 코로나, 청소년 및 약물 사용: 청소년 및 가족을 위한 중요 메시지](#)
- [캐나다 소아학회: 코로나 19 팬데믹 동안 청소년을 지원하는 요령](#)
- [어린이 상담 전화: 코로나 19 동안 도움을 드립니다](#)

## 아동 및 청소년 정신 건강 증진

물리적 거리두기 요건 및 격리는 어린이와 청소년의 정신 건강에 영향을 줄 수 있습니다. 아동 지원 리소스를 찾아보십시오.

- [캐나다 소아학회: 코로나 19 및 #physicaldistancing 기간 중 청소년이 우울감을 극복하도록 돕는 방법](#)
- [캐나다 소아학회: 코로나 19 기간 중 불안장애 청소년 지원](#)
- [캐나다 소아학회: 두려움 및 불안감을 극복하기 위한 CARD 시스템](#)
- [IASC: 나의 영웅은 당신입니다: 아이들이 코로나 19에 맞서 싸울 수 있는 법!](#)
- [정신 건강 및 코로나 19](#)

## 코로나 19를 겪는 아동

일반적으로 아동의 경우 코로나 19 증상이 성인에 비해 경미합니다. 코로나 19가 어린이에게 미치는 영향 및 안전 유지에 대한 자세한 내용은 [BC 질병통제센터: 코로나 19 및 어린이](#)를 참조하십시오. 코로나 19 기간 중 언제 의료 조치를 취해야 하는지에 대한 자세한 내용은 [아동건강 BC: 코로나 19 팬데믹 중 부모 및 보호자를 위한 메시지](#) (PDF, 351Kb)를 참조하십시오.

### 발진 및 염증 반응

아동은 또한 코로나 19에 감염된지 몇 주 후부터 발진, 피부 병변 또는 염증 반응이 나타나는 것으로 보고되었습니다. 동창과 유사한 병변으로도 알려진 “코로나 발가락”은 코로나 19로 인해 나타나는 여러 피부 병변 중 하나입니다. 이러한 발진은 독특한 양상을 띄며 이 질환은 일반적으로 어린이나 젊은 성인에게 나타나며 중증 질환과는 관련이 없습니다.

### 아동 다기관염증증후군(MIS-C)

[아동 다기관염증증후군\(MIS-C\)](#)은 아동 및 청소년에게서 새롭게 나타나는 임상 증후군입니다. 이는 과잉면역반응에 의해 발생한 것으로 보이며, 이는 신체 부위로 퍼지는 중증 염증을 초래합니다. 심장, 위장, 폐, 신장, 뇌, 피부, 눈, 림프절 등 신체의 다양한 부위에 염증이 발생할 수 있습니다. 중증으로 발전하거나 심지어 사망에 이를 수 있으나, 대부분의 아동은 치료를 통해 호전됩니다.

## 특수 어린이

특수 아동 자녀가 있는 경우 염려가 가중될 수 있습니다.

- [자폐증을 말하다: 자폐가정을 위한 코로나 19 정보 및 리소스](#)
- [BC 질병통제센터: 면역저하아동](#)
- [BC 어린이 병원: 흡입기 회분추적양식 \(PDF, 129KB\)](#)
- [캐나다 소아학회: 소아 천식 및 코로나 19](#)
- [캐나다 소아학회: 제 1 형 당뇨병 및 코로나 19: 학교 복귀](#)
- [캐나다 소아학회: 자녀가 ADHD 를 앓고 있는 경우: 팬데믹 중 대처법](#)
- [SickKids: 코로나 19 위기를 겪는 신경발달장애 자녀 지원하기](#)

## 안전

팬데믹 동안 상해를 예방하는 방법에 대해 자세히 알아보십시오.

- [코로나 19 동안 상해 예방](#)
- [캐나다 소아학회: 코로나 19 중 집에 있는 동안 부상 방지](#)

마지막 업데이트 날짜: 2022년 3월 11일

위 정보는 2021년 8월에 [BC 주 질병통제센터: 검사 정보](#) 웹페이지, [BC 주 질병통제센터: 발진 및 염증 반응](#) 웹페이지, [BC 주 질병통제센터: 영유아](#) 웹페이지, [BC 주 여성병원, 환자를 위한 코로나 19 정보 \(흔한 질문\)](#) 웹페이지, [BC 주 질병통제센터: K-12 학교 및 코로나 19](#) 및 [BC 주 질병통제센터: 검사의 종류](#) 웹페이지를 열람하여 인용한 것입니다.

---

HealthLinkBC 파일 항목에 대한 자세한 내용은 [www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files](http://www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files) 또는 관내 보건소를 방문하십시오. BC주 비응급 건강 정보 및 조언은 [www.HealthLinkBC.ca](http://www.HealthLinkBC.ca)를 방문하거나 8-1-1번(수신자부담)으로 전화하십시오. 청각 장애 및 난청이 있는 경우 7-1-1번으로 전화하십시오. 번역 서비스는 요청 시 130개 이상의 언어로 제공됩니다.