

## 인플루엔자(독감) 유행철

'독감'이라고도 불리는 인플루엔자는 인플루엔자 바이러스에 의해 기도 상부가 감염되는 질병입니다. 매년 유독 독감 발병이 많아지는 시기가 있는데 이 시기를 독감 유행철이라고 합니다. 독감 유행철은 보통 가을, 겨울과 이른 봄입니다.

계절별 독감, 독감으로 인해 발생할 수 있는 합병증 및 독감이 발병할 가능성이 높은 사람을 알아두면 여러분과 가족이 독감을 앓는 일을 방지할 수 있습니다.

독감을 앓게 되면 폐에 영향을 미치는 바이러스성 폐렴이나 세균성 폐렴 등 다른 감염이 발병할 수 있으며, 이러한 합병증으로 인해 생명이 위독해질 수 있습니다. 다음은 합병증이 발생할 위험이 높은 사람들입니다.

- 65세 이상의 노인
- 영유아
- 폐질환, 심장 질환 또는 특정 만성질환을 앓고 있거나 면역 체계가 약화된 사람

캐나다에서는 인플루엔자가 크게 유행한 해마다 수천 명이 독감 및 독감 합병증으로 인해 입원하거나 사망하는 일이 발생하고 있습니다.

### 인플루엔자에 관한 일반적 질문

[인플루엔자에 관한 가장 일반적인 질문](#) 몇몇에 대한 답을 찾아보십시오. 어떻게 퍼지는지, 전염된 후 얼마쯤 있다가 증상이 나타나는지, 어떤 증상이 나타나는지 알아보십시오. 예방접종에서 손 씻기에 이르기까지, 인플루엔자를 예방하기 위해 여러분이 할 수 있는 일을 알아보십시오.

## 독감을 예방하는 방법

인플루엔자 백신은 여러분과 여러분의 가족을 독감으로부터 안전하고 효과적으로 지켜주며, 생명을 구하기도 합니다.

독감 백신 접종 외에도 다음과 같은 방법으로 독감의 유행을 방지할 수 있습니다.

- 자주 손 씻기
- 사용한 티슈는 즉시 휴지통에 버리기
- 재채기나 기침을 할 때 손이 아닌 옷 소매로 가리기
- 몸이 좋지 않으면 밖으로 나가지 않기
- 얼굴에 손 대지 않기
- 문고리, 전등 스위치, 키보드 등 여러 사람의 손이 닿는 곳을 깨끗하게 유지하고 멸균 세척하기
- 건강한 식생활과 적절한 운동으로 면역 체계 강화하기

## 독감 백신이란?

2019-20년도 시즌에 제공되는 3가 및 4가 백신은 다음을 포함합니다:

- A/ Brisbane/02/2018 (H1N1)pdm09 유사 바이러스
- A/ Kansas/14//2017 (H3N2) 유사 바이러스
- B/Colorado/06/2017 유사 바이러스(B/Victoria/2/87 계통)
- B/Phuket/3073/2013 유사 바이러스(4가 백신만 해당) (B/Yamagata/16/88 계통)

A/Brisbane 및 A/ Kansas 류는 2018/19년도 시즌의 백신에는 포함되지 않았습니다.

BC 주에서는 비활성화 인플루엔자 백신 몇 종이 제공됩니다. 비활성화 백신은 죽은 인플루엔자 바이러스로 제조되었으며 주사를 통해 제공됩니다.

**약독화 인플루엔자 생백신(코 스프레이 백신):** 캐나다는 2019/20년도 인플루엔자(독감) 유행철에는 약독화 인플루엔자 생백신(LAIV 또는 Flumist®라고도 함)이 제공되지 않습니다.

2019/20년도 시즌에 BC 주에서 정부 지원으로 제공되는 인플루엔자 백신:

- 3가 비활성화 인플루엔자 백신(TIIV)
  - Agriflu® (Seqirus Canada)
  - Fluviral®(GlaxoSmithKline)
- 4가 비활성화 인플루엔자 백신(QIIV)
  - Fluzone®Quadrivalent(Sanofi Pasteur Limited)
  - Flulaval® Tetra(GlaxoSmithKline)

올해 시즌에 제공되는 인플루엔자 백신에 대해 자세히 알아보려면 [ImmunizeBC – 인플루엔자](#) 및 [BCCDC: 2019/20년도 계절성 인플루엔자 백신](#)을 참조하십시오.

## BC 주 약사의 백신 투여 허용

지역의 약사에게 백신 접종 가능 여부를 문의하십시오.

### 백신에 관한 중요 정보

#### 백신 접종 대상

독감 백신 무료 접종 대상을 알아보려면 [BCCDC: 2019/20년도 계절성 인플루엔자 백신 접종 대상](#) (PDF 87KB)을 참조하십시오.

#### 달걀 알레르기 환자

달걀 알레르기 환자는 약독화 인플루엔자 생백신 및 비활성화 인플루엔자 백신 모두 안전하게 접종 가능합니다.

**약독화 인플루엔자 생백신(코 스프레이 백신):** 캐나다는 2019/20년도 인플루엔자(독감) 유행철에는 약독화 인플루엔자 생백신(LAIV 또는 Flumist®라고도 함)이 제공되지 않습니다.

## 일부 집단을 위한 독감 정보

### 65세 이상의 노인

플루존 고용량(Fluzone High-Dose)은 캐나다에서 65세 이상의 노인에게 사용하도록 승인된 고용량 3가 비활성화 인플루엔자 백신입니다. 고용량 백신은 일반 접종보다 더욱 효과적일 것으로 기대됩니다. 일반 백신은 무료로 제공되는 반면, 현재 플루존 고용량(Fluzone High-Dose)은 BC 주에서 정부 지원으로 제공되지 않습니다. 이 백신에 관심이 있으신 분은 BC 주 전역의 약국에서 추가 비용을 지불하고 접종 가능합니다. 플루존 고용량(Fluzone High-Dose) 인플루엔자 백신에 대해 자세히 알아보려면 [BCCDC: Fluzone® High-Dose 인플루엔자 관련 질문 및 답변\(2018년 8월 업데이트\)](#)을 참조하십시오.

## 의료시설 및 지역 시설의 보건의로 부문 종사자와 기타 공급자를 위한 사항

BC 주는 인플루엔자 감염 위험이 높은 사람을 보호하기 위한 인플루엔자 예방 정책을 마련해두고 있습니다. 다음은 인플루엔자에 감염될 위험이 높은 사람들입니다.

- 보건의로 부문 종사자
- 정기적 방문객
- 응급 구조요원
- 지속적 요양시설 또는 장기요양시설 및 관련 거주지에 거주하는 주민과 접촉하는 사람
- 고위험군에 속하는 사람들의 가정을 방문하여 돌봄 서비스를 제공하는 사람
- 관련 보건의료서비스 부문을 공부하는 학생

보건의로 부문 종사자, 방문객, 하청업체 및 자원봉사자는 인플루엔자 유행철에 반드시 인플루엔자 예방접종을 맞거나 환자가 입원한 영역에 머무르는 경우 마스크를 착용해야 합니다. 이 섹션은 보건의로 부문 종사자를 위한 인플루엔자 예방 정책에 관한 정보와 리소스를 포함합니다. 링크와 다음 정보는 일반 참고용입니다. 이 프로그램이 본인의 시설이나 역할에 해당되는지 알아보려는 보건의로 부문 종사자는 상사에게 문의하시기 바랍니다.

NACI의 권장에 따르면, 보건의로 종사자는 LAIV가 아니라 연령별 비활성화 인플루엔자 백신(IIV)을 맞는 것이 바람직합니다.

## 인플루엔자 관련 정책 및 프로그램

- [인플루엔자 예방 정책](#)
- [인플루엔자 통제 프로그램: 자주 묻는 질문 - 인플루엔자 백신](#)
- [인플루엔자 통제 프로그램: 자주 묻는 질문 - 마스크 착용](#)
- [방문객을 위한 인플루엔자 관련 정책](#)
- [하청업체 및 보건 서비스 제공자를 위한 인플루엔자 관련 정책](#)
- [관리자를 위한 인플루엔자 관련 정책](#)
- [자원봉사자를 위한 인플루엔자 관련 정책](#)

## 조류 독감 H5N1(조류 독감)에 감염된 가금류에 직접 접촉한 사람

'조류 독감(bird flu)'으로 알려진 조류 독감(Avian Influenza) H5N1은 보통 조류에게 발병하며, 사람의 감염은 거의 일어나지 않습니다. 조류 독감은 계절 독감과 다른 사람 간 전염의 위험은 낮습니다. NACI는 폐사 처분 중 조류 독감에 감염된 가금류와 직접 접촉한 사람들에게 계절 독감 예방접종을 맞도록 권장합니다. 캐나다 공중보건국과 BCCDC는 일반 대중을 위해 H5N1에 대한 상세한 정보를 제공합니다. 자세한 내용은 [캐나다 공중보건국: 조류 독감\(H5N1\) 관련 글로벌 업데이트](#)를 참조하십시오.

## 주요 주제

### 인플루엔자(독감)

독감에 대한 상세 정보, 예방법, 증상, 가정에서 치료하는 방법 등을 알아보려면 아래의 링크를 클릭하십시오.

- [인플루엔자\(독감\)에 관한 사실\(HealthLinkBC File #12b\)](#)

### 인플루엔자(독감) 예방접종

인플루엔자 백신은 사람들의 건강을 지켜주고 발병을 예방하며 생명을 구하는 안전하고 효과적인 수단입니다. 비활성화 인플루엔자 백신, 약독화 인플루엔자 생백신, 인플루엔자 예방접종에 관한 낭설과 사실 및 백신 접종의 장점에 대해 알아보려면 아래의 링크를 클릭하십시오.

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

- [비활성화 인플루엔자\(독감\) 백신\(HealthLinkBC File #12d\)](#)

## 폐렴구균 예방접종

폐렴구균 감염은 병원균이나 세균에 의해 발생하며, 생명을 위협하는 심각한 감염을 초래할 수 있습니다. 이러한 감염은 다음을 포함합니다.

- 뇌를 덮은 내벽이 감염되는 뇌막염
- 혈액이 감염되는 패혈증

폐렴구균 감염을 방지하는 백신에 대해 알아보려면 아래의 링크를 클릭하십시오.

- [폐구균 단백결합\(PCV 13\) 백신\(HealthLinkBC File #62a\)](#)
- [폐구균 다당 백신\(HealthLinkBC File #62b\)](#)

## 손 씻기

손 씻기는 본인과 다른 사람의 건강을 지키는 가장 좋은 방법 중 하나입니다. 자주 손을 씻으면 독감의 원인이 되는 세균 전염을 예방할 수 있습니다. 자세히 알아보려면 아래의 링크를 클릭하십시오.

- [손 씻기: 세균 전염을 예방하십시오\(HealthLinkBC File #85\)](#)

## 참고 사이트

### BC 질병관리본부

BCCDC는 건강 증진 서비스 및 질병 예방 서비스뿐 아니라 전염성 질병, 만성질환, 예방 가능한 부상과 환경으로 인한 건강 위험을 줄이기 위한 진단 및 치료 서비스도 제공합니다. 또한 BCCDC는 정부 및 보건당국을 위한 분석 및 정책 지원도 수행하고 있습니다.

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

### ImmunizeBC

ImmunizeBC는 BC 주에서 백신으로 예방 가능한 질병 감염을 감소시키기 위해 노력하고 있습니다.

ImmunizeBC는 개인, 가족과 보건의료서비스 제공자에게 예방접종에 관한 정보를 제공하며 BC 주민들이 예방접종을 수월하게 받을 수 있는 여러 수단을 제공합니다. 지역의 독감 전문병원 정보나 독감 및 독감 백신에 대해 자세히 알아보려면 아래의 링크를 클릭하십시오.

- [인플루엔자](#)
- [인플루엔자 백신에 대해 자주 묻는 질문](#)
- [인플루엔자 클리닉 찾기](#)

### 캐나다 정부

원인, 증상, 위험, 치료 및 예방 등 계절 독감에 관한 궁금증을 해소하십시오.

- [독감\(인플루엔자\)](#)

최근 검토일: 2019년 9월

인플루엔자 건강 기사의 정보는 [캐나다 보건부\(Health Canada\) - 캐나다예방접종자문위원회\(National Advisory Committee on Immunization\)](#)(2019년 9월 28일 참조), [BCCDC: Vaccines in BC\(BC주의 각종 백신\)](#)(2018년 9월 27일 참조), [ImmunizeBC - Influenza\(인플루엔자\)](#)(2019년 9월 28일 참조) 등에서 인용한 것입니다.

---

더 많은 HealthLinkBC File 주제를 찾아보려면 웹사이트 [www.HealthLinkBC.ca/healthfiles](http://www.HealthLinkBC.ca/healthfiles) 또는 관내 보건소를 방문하십시오. BC 주 내에서 비응급 보건 정보 및 조언을 찾아보려면 웹사이트 [www.HealthLinkBC.ca](http://www.HealthLinkBC.ca)를 방문하거나 8-1-1(무료 전화)로 전화하십시오. 청각 장애 관련 지원을 받으려면 7-1-1로 전화하십시오. 요청에 따라 130여 개 언어로의 번역 서비스가 제공됩니다.