

## 코로나바이러스(COVID-19)

### COVID-19에 관한 일반적 질문

[COVID-19에 관한 가장 일반적인 질문](#) 몇몇에 대한 답을 찾아보십시오. COVID-19가 어떻게 전파되는지, 노출 후 증상이 나타날 때까지 얼마나 걸리는지, 어떤 증상이 나타나는지 알아보십시오. COVID-19를 예방하려면 어떻게 해야 하는지 알아보십시오.

코로나바이러스병(COVID-19)은 코로나바이러스가 일으키는 질병입니다. COVID-19에 의한 호흡기 감염은 2019년 12월에 중국 우한시에서 처음 나타났습니다. 2020년 1월 30일 세계보건기구(WHO)는 이 돌발을 '국제공중보건비상사태'로 선포했고, 2020년 3월 11일에는 '세계적 대유행병'이라고 선포했습니다. '세계적 대유행병(pandemic)'이란 세계적으로 전파되는 전염병을 말하며, 일반적으로 특정 지역 또는 국가 내에서만 유행하는 전염병과는 다릅니다.

COVID-19는 중국 우한에서 처음 발생했지만, 지금은 BC주를 포함한 전 세계로 확산되었습니다. BC주의 발병 사례는 철저히 관리되고 있습니다.

### 코로나바이러스는 어떻게 전염되나?

코로나바이러스는 다음과 같은 경로로 감염자로부터 전염됩니다:

- 감염자가 기침 또는 재채기를 할 때 공중에 비산되는 호흡기 비말
- 만지기, 악수 등 밀접한 개인간 접촉
- 바이러스가 있는 물체 또는 표면을 만진 손을 씻지 않고 입, 코 또는 눈을 만질 때

병이 난 사람으로부터 약 2미터의 거리를 유지하는 것이 중요합니다. 그래야 이 환자가 기침이나 재채기를 할 때 비말을 들이마시는 것을 줄일 수 있습니다.

### 어떤 증상이 나타나나?

COVID-19의 일반적 증상에는 다음이 포함됩니다:

- 발열
- 기침
- 호흡곤란
- 목아픔
- 재채기

잠복기는 바이러스에 노출된 시점으로부터 증상이 나타날 때까지의 기간을 말합니다. COVID-19에 노출된 후 증상이 나타날 때까지 길게는 14일이 걸릴 수 있습니다. 이 14일은 이 질병에 관해 알려진 최장 전염 기간입니다.

어떻게 해야 할지 잘 모르겠거나 우려 또는 의문이 있을 경우, 언제든지 HealthLinkBC(8-1-1)에 문의하십시오.

보건의로 서비스 제공자에게 진찰을 받을 필요가 있을 경우, 여러분이 안전하게 진찰을 받을 수 있도록 보건의로 서비스 제공자가 준비할 시간이 필요하므로 미리 전화로 예약하십시오. 다른 사람들을 보호하기 위해 마스크를 써야 합니다.

보건의로 서비스 제공자에게 진찰을 받을 때는 다음을 말하십시오:

- 증상
- 최근에 여행하거나 거주한 곳
- 동물과의 직접적 접촉이 있었는지의 여부(산 동물 시장 방문 여부 등)
- 아픈 사람(특히 발열, 기침 또는 호흡곤란이 있는 사람)과의 밀접한 접촉이 있었는지의 여부

## 감염을 예방하려면 어떻게 해야 하나?

감염을 예방하기 위해 할 수 있는 가장 중요한 일은 손을 자주 씻고 손으로 얼굴, 눈, 코, 입을 만지는 것을 삼가는 것입니다. 호흡기 에티켓과 사회적 거리 두기를 실천할 수도 있습니다.

전염 위험을 줄이려면:

- 비누와 물로 20 초 이상 손을 잘 씻으십시오. 비누와 물을 사용하는 것은 감염 확산을 억제하는 가장 효과적인 방법입니다.
- 세면대가 없을 경우, 알코올성 손세정제(ABHR)로 손을 세척할 수 있습니다(눈에 뿜 만큼 오염된 것이 아닐 경우). 눈에 뿜 만큼 오염되었을 경우에는 위생 티슈로 손을 닦은 다음 ABHR 로 세척하십시오.
- 씻지 않은 손으로 얼굴, 눈, 코 또는 입을 만지지 마십시오.
- 재채기 또는 기침을 할 때는 일회용 티슈 또는 팔꿈치 접히는 부분으로 입과 코를 가리는 호흡기 에티켓을 지키십시오.
- 사람들이 자주 만지는 표면을 수시로 닦고 소독하십시오.
- 음식, 음료, 식기 등을 다른 사람과 공동 사용하지 마십시오.
- 사람들이 많이 모이는 공공 공간 및 장소는 가지 마십시오(콘서트, 스포츠 경기 등의 집단 운집) - 병원(보건의로 종사자의 경우) 및 학교는 제외.
- 다른 사람과 2미터 이상의 거리를 두는 사회적 거리 두기를 실천하십시오.
- 악수를 삼가하십시오.

적절한 손 씻기에 관한 추가적 정보:

- [HealthLinkBC File #85 손 씻기 - 세균 전염을 예방하십시오](#)
- [캐나다공중보건국\(Public Health Agency of Canada\): Reduce the spread of COVID-19: Wash your hands\(COVID-19 의 전파를 억제하십시오: 손을 씻으십시오\) \(PDF 298KB\)](#)

## 마스크를 꼭 써야 하나?

- 본인이 COVID-19 증상(특히 기침)이 나타나며 병이 났거나, COVID-19 에 걸렸을 수 있는 사람을 돌보고 있을 경우에만 마스크를 쓰십시오.
- 일회용 마스크는 한 번만 사용할 수 있습니다.
- 병이 나지 않았을 경우에 마스크를 쓰는 것은 덜 효과적일 수 있습니다.

## COVID-19 검사는 어떻게 하나?

BCCDC 공중보건실험실(Public Health Laboratory - PHL)에서 COVID-19 진단 검사에 대한 실험실 지침을 개발했습니다. 신종 코로나바이러스에 걸린 것 같다고 보건 의료 서비스 제공자가 판단할 경우, 검사를 받도록 조치합니다.

증상이 있고(발열, 기침 또는 호흡곤란), 여행 경력이 있거나 COVID-19 확진 또는 의심 사례와 장기적으로 밀접한 신체적 접촉을 한 사람은 검사를 받을 수 있습니다.

COVID-19 검사는 비인두(NP)용 면봉 또는 인후용 면봉으로 합니다.

## COVID-19 치료법이 있나?

COVID-19는 특정한 치료법이 없습니다. 하지만 액체 많이 마시기, 휴식, 가습기 사용, 뜨거운 물 샤워 등으로 기침 또는 목아픔을 완화하는 것과 같은 가정 치료로 그 증상의 상당수를 관리할 수 있습니다. 대부분의 사람은 저절로 코로나바이러스로부터 회복됩니다. 증상이 심할 경우에는 병원 내부/외부에서 지지치료를 받아야 할 수 있습니다.

증상이 있을 때 스스로 할 수 있는 일에 관해 더 자세히 알아보기:

- Colds(감기)
- Fever or Chills, Age 12 and Older(발열 또는 오한 - 만 12 세 이상)
- Fever or Chills, Age 11 & Younger(발열 또는 오한 - 만 11 세 이하)
- Respiratory Problems, Age 11 and Younger(호흡기 문제 - 만 11 세 이하)
- Respiratory Problems, Age 12 and Older(호흡기 문제 - 만 12 세 이상)

## COVID-19 백신이 있나?

COVID-19와 같은 새로운 질병은 백신이 개발될 때까지는 없습니다. 가능한 백신을 현재 연구하고 있는 중입니다. 새로운 백신을 개발하는 데는 시간이 걸릴 수 있습니다.

## 자가감시 및 자가격리란?

---

### 자가감시

자가감시는 14일 동안 발열, 기침, 호흡곤란 등의 증상이 나타나는지 살피는 것입니다. 14일 동안 본인, 자녀, 연로하거나 만성 질환이 있는 가까운 사람 등의 건강을 감시하십시오. 자가감시 중인 개인은 직장 및 학교에 다니고 일상적 활동에 참여할 수 있습니다.

하루 두 번, 아침 저녁으로 디지털 온도계(구강용)를 사용하여 체온을 재는 적극적 자가감시를 할 수 있습니다. 아세트아미노펜(타이레놀® 등) 또는 이부프로펜(애드빌® 등) 등의 해열제를 복용할 경우, 약을 먹은 시점으로부터 4시간 이전에 체온을 재야 합니다.

---

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

COVID-19 증상이 나타날 경우, 자가격리를 시작해야 합니다:

- 되도록 빨리 스스로를 다른 사람으로부터 격리하십시오.
- 보건 의료 전문가 또는 HealthLinkBC(8-1-1)에 전화하십시오.
- 증상 및 여행 경위를 설명하십시오. 어떻게 해야 하는지 조언해줄 것입니다.

---

## 자가격리

‘자가 격리’란 14 일 동안 집에 머무르면서 다른 사람과의 접촉을 제한하는 것을 말합니다. COVID-19에 노출된 후 증상이 나타날 때까지 가장 14 일이 걸릴 수 있으므로, 이렇게 함으로써 병이 전염될 가능성을 줄일 수 있습니다. 병이 나서 아프지 않더라도 이 14 일의 잠복기에 남에게 병균을 옮길 가능성이 작지만 있습니다. 그렇기 때문에 COVID-19에 노출되었을 위험이 있는 사람은 자가격리를 하는 것이 중요합니다.

다른 사람과의 접촉을 삼가려면 다음과 같이 해야 합니다:

- 외출하지 않고 집에 머무른다.
- 만성 질환자, 면역력이 약화된 사람, 고령자 등과 접촉하지 않는다.
- 집에 손님을 들이지 않는다.
- 자주 비누와 더운 물로 20 초 이상 손을 씻는다.
- 기침 또는 재채기를 할 때 팔로 입과 코를 가리고 한다.

자가격리에 관해 더 자세히 알아보려면 다음 자료를 참조하십시오:

- 캐나다공중보건국: [Coronavirus disease \(COVID-19\): How to isolate at home when you have COVID-19\(코로나바이러스병\(COVID-19\): COVID-19에 걸렸을 때 집에서 자가격리하는 방법\)](#) (PDF 344KB)

본인 또는 가족이 병이 나서 돌보아야 할 경우에 어떻게 할지 미리 계획하고 대비하십시오. 대비에 관해 자세히 알아보려면 다음 자료를 참조하십시오:

- 캐나다공중보건국: [Be prepared \(COVID-19\)\(대비하십시오 - COVID-19\)](#)

## 기타 유용한 자료

- 캐나다공중보건국: [About coronavirus disease \(COVID-19\)\(코로나바이러스병에 관하여 - COVID-19\)](#) (PDF 575KB)
- 캐나다공중보건국: [How to care for a person with COVID-19 at home: Advice for caregivers\(집에서 COVID-19 환자 간호하기 - 간병인을 위한 조언\)](#) (PDF 345KB)
- 캐나다공중보건국: [Vulnerable populations and COVID-19\(취약 인구와 COVID-19\)](#) (PDF 335KB)

## COVID-19에 관한 일반적 질문

코로나바이러스에 관한 몇몇 가장 일반적 질문에 대한 답을 보려면 다음 자료를 참조하십시오:

- BC 주 암협회(BC Cancer Agency): [COVID-19 and Cancer Treatments - Information for Patients\(COVID-19 및 암 치료 - 환자를 위한 정보\)](#)

---

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

- BCCDC: Frequently Asked Questions on New Coronavirus (COVID-19) for Children and Students(아동 및 학생을 위한 신종 코로나바이러스(COVID-19) FAQ)
- BCCDC: Novel coronavirus (COVID-19)(신종 코로나바이러스 - COVID-19)
- Fraser Health Authority: Coronavirus Questions - General Public(코로나바이러스 질의 - 일반 대중)
- 캐나다 정부: Coronavirus Disease (COVID-19): FAQ(코로나바이러스병 - 자주 하는 질문)
- [Vancouver Coastal Health Authority: Information on Coronavirus Disease\(코로나바이러스병 안내\) \(COVID-19\)](#)
- [World Health Organization: Q&A on coronaviruses\(세계보건기구 - 코로나바이러스\(COVID-19\) 문답\)](#)

## 유용한 웹사이트

---

### BC 주 질병통제센터(BC Centre for Disease Control - BCCDC)

BCCDC는 전염성이 있는 만성 질환, 예방 가능한 상해, 환경적 보건 위험 등을 줄이기 위해 보건 증진 및 예방 서비스, 진단 및 치료 서비스를 제공합니다. 또한, 정부 기관 및 보건 당국에 분석 및 정책 지원 서비스도 제공합니다.

- BCCDC: 2019 Novel Coronavirus (COVID 19) B.C. public health guidance for schools and childcare programs(2019 신종 코로나바이러스(COVID 19) - BC 주 학교 및 탁아 프로그램 공중보건 지침) (PDF 494KB)
- BCCDC: Recommendations to Post Secondary Institutions Regarding 2019 Novel Coronavirus (COVID 19) (2019 신종 코로나바이러스(COVID 19)에 관한 고등교육기관 권장 사항) (PDF 260KB)
- 일반 대중: Novel coronavirus(신종 코로나바이러스) (COVID-19)
- 보건의료 전문가: Novel coronavirus(신종 코로나바이러스) (COVID-19)
- 뉴스 및 업데이트: Latest case counts on novel coronavirus(신종 코로나바이러스 최신 발병 사례 건수)

### 캐나다공중보건국(Public Health Agency of Canada - PHAC)

캐나다공중보건국은 보건을 증진하고, 만성 질환 및 상해와 전염병을 예방 및 통제합니다. PHAC는 공중보건 비상 사태에 대응합니다. 여행 주의보 등, COVID-19에 관해 더 자세히 알아보려면 다음 웹페이지를 참조하십시오:

- 캐나다 정부: Coronavirus disease (COVID-19): Outbreak update(코로나바이러스병 - 돌발 업데이트)
- 캐나다 정부: 코로나바이러스병(COVID-19) - 여행 조언
- 캐나다 정부: Travel health notices(여행 보건 알림)

---

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

---

## 세계보건기구(WHO)

세계보건기구는 전 세계의 보건 문제와 관련하여 리더십을 제공합니다. WHO는 COVID-19 등의 보건 문제를 감시 및 평가하고, 각국에 기술적 지원을 제공하며, 보건 기준을 수립합니다. 2019-nCoV에 대해 더 자세히 알아보려면 다음 웹페이지를 참조하십시오:

- [WHO: Coronavirus disease \(COVID-19\) outbreak\(세계보건기구 - 코로나바이러스병 발발\)](#)
- [WHO: Getting your workplace ready for COVID-19\(세계보건기구 - 직장의 COVID-19 대비\)](#)

여러분의 건강에 관한 우려 또는 의문이 있을 경우, 언제든지 HealthLinkBC(**8-1-1**)에 전화하거나 보건의로 서비스 제공자에게 문의하십시오.

최근 업데이트: 2020년 3월 13일