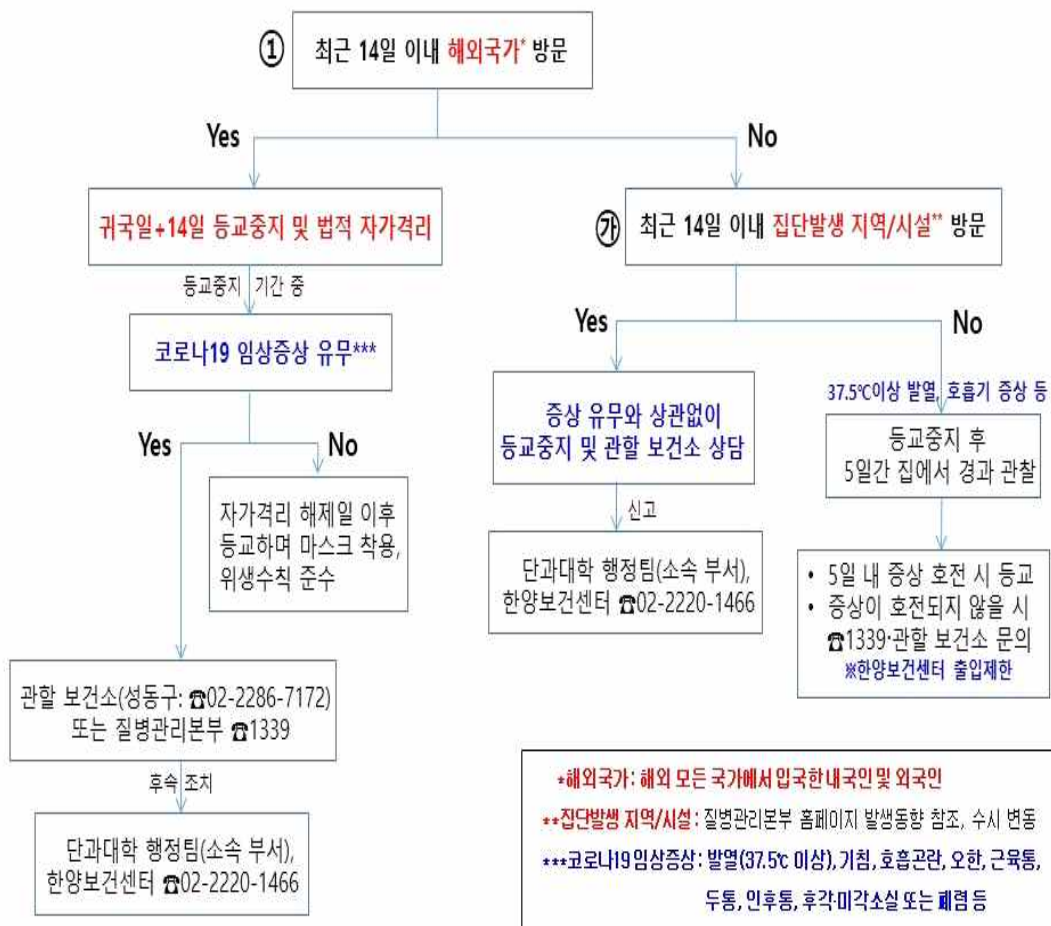


코로나19 한양인 행동요령-제4판

[한양대학교 서울 감염병관리위원회]

[코로나19 관련 서울 한양인 행동요령(2020년 8월 28일 기준)]

**자가격리 위반 시 최대 벌금 1,000만원 또는 징역 1년(외국인의 경우 강제추방, 입국금지)
함께 거주하는 가족 또는 동거인이 자가격리 대상자인 경우 격리해제일까지 등교중지**



1. 최근 14일 이내 해외국가를 방문한 경우

: 귀국일 D+14일까지 등교중지 및 법적 자가격리

- ▶ ①에 해당하면서 코로나19 임상증상(37.5°C 이상 발열, 기침, 호흡곤란, 오한, 근육통, 두통, 인후통, 후각·미각 소실 또는 폐렴 등)이 있을 때

※ 병원, 학교(한양보건센터 포함) 등을 바로 방문하지 않습니다(마스크 착용 필수).

- 질병관리본부 ☎1339 또는 관할 보건소(성동구: ☎02-2286-7172) 문의 후 조치에 따름
- 보건당국의 조치내용을 학교에 알림(단과대학 행정팀/소속 부서 및 한양보건센터 ☎02-2220-1466)

- ▶ ①에 해당하면서 코로나19 임상증상이 없는 경우

- 법적 자가격리 해제일 이후에 등교하며 마스크 착용, 위생수칙 준수

2. ①에 해당하지 않는 경우(최근 14일 이내 해외를 방문하지 않은 경우) 중

가. 최근 14일 이내 코로나19 집단발생 지역 또는 시설을 방문한 경우

: 질병관리본부 홈페이지(클릭)-발생동향-확진환자 이동경로에서 동선 확인

※ 증상 유무와 상관없이 등교중지 후 반드시 방문 지역/시설 관할 보건소에 조치사항 문의 및 학교에 신고

- 해당 지역/시설의 관할 보건소 또는 질병관리본부(☎1339)에 문의 후 조치에 따름
 - : 선별진료소 이동 시 도보, 자차, 대중교통 이용
- 보건당국의 조치내용을 학교에 알림(단과대학 행정팀/소속 부서 및 한양보건센터☎02-2220-1466)
- 보건당국의 확진검사를 받는 경우 검사결과가 나올 때 까지 자가격리 조치
 - : **자가격리대상자는 격리 해제일까지 등교중지**

나. ①, ㉔에 해당하지 않는 경우

: **최근 14일 이내 해외, 집단발생 지역 및 시설 을 방문하지 않은 경우**

▶ 발열(37.5℃ 이상) 또는 호흡기 증상(기침, 인후통, 호흡곤란 등)이 있을 때

▷ 등교중지 후 경과관찰

- 5일 동안 외출 자제하고 충분한 휴식을 취하며 증상이 호전되는지 숙소에서 머무르면서 관찰 후 호전되면 등교
- 증상이 호전되지 않으면 질병관리본부☎1339 또는 관할 보건소(성동구: ☎02-2286-7172) 문의

▷ 등교중지 기간에 공결처리/재택근무/유급휴가

- 등교중지 학생들은 이 기간에 대하여 의사의 소견서 없이 공결서를 제출하면 출석이 인정됨
- 교직원의 경우에 등교중지 기간에 상황에 따라 재택근무 혹은 유급휴가 조치함
- 연구실에 근무하는 대학원생들의 경우에 등교중지 기간에 대한 불이익이 생기지 않도록 조치해야 함

▶ 의심증상이 없는 경우

- 외출 시 실내 공간에서도 마스크 착용
- 손씻기, 기침예절 등 개인위생수칙 준수
- 많은 사람이 모이는 곳 출입 자제



코로나19 예방 행동수칙 10가지

“코로나19와의 장기전, 흔들림 없이 함께 하면 이겨낼 수 있습니다”

- 01 사람과 사람 사이, 두 팔 간격(2m(최소 1m)) 거리 유지하기
- 02 두 팔 간격 거리가 어려우면 **마스크 착용하기**
2세 미만의 유아, 주변의 도움 없이 마스크를 벗을 수 없는 사람,
마스크 착용 시 호흡이 어려운 경우의 사람은 마스크 착용을 권하지 않습니다.
- 03 환기가 안 되고 많은 사람이 가까이 모이는 장소는 방문 자제하기
- 04 흐르는 물에 비누로 손을 30초 이상 꼼꼼하게 자주 씻기
- 05 씻지 않은 손으로 눈·코·입 만지지 않기
- 06 기침이나 재채기할 때 옷소매나 휴지로 입과 코를 가리기
- 07 매일 주기적으로 환기하고 자주 만지는 표면은 청소, 소독하기
- 08 발열, 호흡기 증상(기침이나 호흡곤란 등)이 있는 사람과 접촉 피하기
- 09 매일 본인의 발열, 호흡기 증상 등 코로나19 임상증상 발생 확인하기
주요 증상으로는 발열(37.5℃), 기침, 호흡곤란, 오한, 근육통, 두통, 인후통,
후각·미각소실 등 그 외에 피로, 식욕감소, 가래, 소화기증상(오심, 구토, 설사 등),
혼돈, 어지러움, 콧물이나 코막힘, 객혈, 흉통, 결막염, 피부 증상 등이 다양
- 10 필요하지 않는 여행 자제하기

COVID-19 Prevention Guidelines 10

"Together, we stand resolute in the fight against COVID-19"

- 1 **Maintain two arms' length (2m recommended, 1m minimum) from other people from other people**
- 2 **Wear a mask if two arms' length can't be maintained**
Masks are not recommended for:
toddlers under 2 years of age, those who cannot take off a mask without help from others,
and those who face difficulties breathing when wearing a mask
- 3 **Refrain from visiting places that lack proper ventilation while many people are in proximity**
- 4 **Wash your hands thoroughly with soap and running water for at least 30 seconds**
- 5 **Don't touch your eyes, nose, and mouth with unwashed hands**
- 6 **Cover your mouth with your sleeve or a tissue when coughing or sneezing**
- 7 **Ventilate periodically throughout the day; clean and disinfect frequently touched surfaces**
- 8 **Avoid contact with people who display symptoms of COVID-19, such as fever, cough, and difficulty breathing**
- 9 **Check your temperature and respiratory symptoms daily to detect COVID-19 clinical symptoms in advance**
Major symptoms include fever (37.5°C/99.5°F or higher), cough, difficulty breathing, chills, muscle aches, sore throat, loss of taste and smell; symptoms may also include tiredness, loss of appetite, phlegm buildup, runny nose, clogged nose, digestive symptoms (nausea, vomiting, diarrhea), confusion, dizziness, hemoptysis, chest pain, conjunctivitis, and skin rash
- 10 **Refrain from unnecessary travel**

应对指南第九版附录5“普通国民十大守则”

预防新型冠状病毒19的 行动守则 10项

我们坚持不懈、共同应对，一定能最终战胜新型冠状病毒19

- 01 人与人之间保持双臂以上的距离(2米(最少1米))
- 02 无法保持双臂以上距离时需配戴口罩
不建议以下人群配戴口罩：未满两岁婴幼儿、无他人帮助不能自己摘下口罩者、配戴口罩出现呼吸困难者。
- 03 自觉避免访问通风不畅、多人聚集的场所
- 04 用肥皂清洗双手，并要用流水冲洗30秒以上
- 05 不要用没洗的手触碰眼睛、鼻子、嘴等部位
- 06 咳嗽或打喷嚏时，用袖子或纸巾挡住嘴和鼻子
- 07 每天定期通风，对经常触碰的表面进行打扫和消毒
- 08 避免接触有发热或呼吸系统症状(咳嗽、呼吸困难等)的人群
- 09 每天确认自己是否出现发热、
呼吸系统症状等新型冠状病毒19感染的临床症状
主要症状包括：发热(37.5度以上)、咳嗽、呼吸困难、恶寒、肌肉痛、头痛、咽喉痛、嗅觉和味觉减退丧失等。另外还可能出现疲劳、食欲减退、咳嗽、消化系统症状(恶心、呕吐、腹泻等)、意识模糊、头晕、鼻塞或流涕、咳血、胸痛、结膜炎、皮肤症状等。
- 10 自觉避免不必要的旅行



자가격리대상자 가족·동거인 생활수칙

- 코로나19 대응지침 제9-2판 부록4 -

- ✓ **최대한 자가격리대상자와 접촉하지 않기**

 - 특히 노인, 임산부, 소아, 만성질환, 암 등 면역력이 저하된 분은 접촉 금지
 - 자가격리 장소에 외부인(함께 살지 않는 가족 포함)의 방문도 금지
 - ※ 특수한 경우(돌봄서비스, 방문간호 등) 관할 보건소(담당 공무원)와 연락 후 방문하기
- ✓ **자가격리대상자와 동거가족(동거인 포함) 모두 항상 마스크를 착용하는 것이 원칙**

(다만, 집 안에서 서로 독립된 공간에 있을 시에는 마스크 미착용 가능)
- ✓ **불가피하게 자가격리대상자와 접촉할 경우 마스크를 쓰고 서로 2m 이상 거리 두기**
- ✓ **자가격리대상자와 독립된 공간에서 생활하고, 공용으로 사용하는 공간은 자주 환기 시키기**
- ✓ **물과 비누 또는 손세정제를 이용하여 손을 자주 씻기**
- ✓ **자가격리대상자와 생활용품(식기, 물컵, 수건, 침구 등) 구분하여 사용하기**

 - 자가격리대상자의 의복 및 침구류 단독세탁
 - 자가격리대상자의 식기류 등은 별도로 분리하여 깨끗이 씻기 전 다른사람 사용 금지
- ✓ **테이블 위, 문 손잡이, 욕실기구, 키보드, 침대 옆 테이블 등 손길이 많이 닿는 곳의 표면 자주 닦기**
- ✓ **자가격리대상자의 건강상태 주의 깊게 관찰하기**
- ✓ **자가격리대상자의 동거인(가족 등)이 많은 사람과 접촉 및 집단시설* 관련 종사자는 자가격리자의 격리해제일까지 스스로 업무제한 권고**

*집단시설 : 학교, 학원, 어린이집, 유치원, 사회복지시설, 산후조리원, 의료기관 등

코로나바이러스감염증-19 주요 증상

- ✓ 발열(37.5°C 이상)
 ✓ 기침, 호흡곤란
 ✓ 오한, 근육통, 두통
 ✓ 인후통
 ✓ 후각·미각 소실
 ✓ 폐렴 등



자가격리대상자 생활수칙

- 코로나19 대응지침 제9-2판 부록3 -

✓ 감염 전파 방지를 위해 격리장소 외에 외출 금지

- 자가격리 장소에 외부인(함께 살지 않는 가족 포함)의 방문도 금지
※ 특수한 경우(돌봄서비스, 방문간호 등) 관할 보건소(담당 공무원)와 연락 후 방문하기

※ 자가격리대상자는 「감염병의 예방 및 관리에 관한 법률」에 따라 감염 전파 방지를 위해 격리에 협조해주시길 바랍니다.
제79조3(벌칙)에 따라 1년 이하의 징역 또는 1천만원 이하의 벌금에 처할 수 있습니다.

✓ 독립된 공간에서 혼자 생활하기

- 방문은 닫은 채 창문을 열어 자주 환기 시키기
- 식사는 혼자서 하기
- 가능한 혼자만 사용할 수 있는 화장실과 세면대가 있는 공간 사용하기
(공용으로 사용 시, 사용 후 락스 등 가정용 소독제로 소독하기)

✓ 진료 등 외출이 불가피할 경우 반드시 관할 보건소(담당공무원)에 먼저 연락하기

✓ 가족 또는 동거인과 대화 등 접촉하지 않기

- 불가피할 경우, 얼굴을 맞대지 않고 마스크를 쓴 채 서로 2m이상 거리 두기

✓ 가족 또는 함께 거주하는 사람이 있는 경우 자가격리대상자 포함, 거주자 전원이 항상 마스크를 착용하는 것이 원칙

(다만, 집 안에서 서로 독립된 공간에 있을 시에는 마스크 미착용 가능)

✓ 개인물품(개인용 수건, 식기류, 휴대전화 등) 사용하기

- 의복 및 침구류 단독세탁
- 식기류 등 별도 분리하여 깨끗이 씻기 전 다른 사람 사용 금지

✓ 건강수칙 지키기

- 손씻기, 손소독 등 개인위생 철저히 준수
- 기침이 날 경우 반드시 마스크 착용
- 마스크가 없을 경우 옷소매로 입과 코를 가려 기침하기, 기침 후 손씻기-손소독 하기

✓ ‘자가격리자 안전보호앱’ 의무적으로 설치

※ 자가격리 중 격리 장소의 무단이탈 등 격리 조치에 따르지 않을 경우 앱과 연동되는 손목 안심밴드를 착용하여야 하며 이를 거부할 경우 시설격리 조치되고, 격리 조치 위반자가 앱 설치를 거부하거나 휴대전화가 없는 경우에도 즉시 시설격리 조치됩니다.
(시설이용 비용은 자부담할 수 있음)

자가모니터링 방법

- ✓ 호흡기증상 등 감염 증상이 나타나는지 스스로 건강상태 확인
 - ✓ 매일 아침, 저녁으로 체온 측정하기
 - ✓ 보건소(담당공무원)에서 1일 1회 이상 연락 시, 감염 증상 알려주기
- 능동감시 기간 동안 관할 보건소(담당공무원)가 연락하여 증상 등을 확인할 예정입니다.
확진환자와 접촉 후 14일이 경과하는 날까지 자가 모니터링하여 주시기 바랍니다.

코로나바이러스감염증-19 주요 증상

- ✓ 발열(37.5°C 이상)
- ✓ 기침, 호흡곤란
- ✓ 오한, 근육통, 두통
- ✓ 인후통
- ✓ 후각·미각 소실
- ✓ 폐렴 등

2020.08.20.