



## 자주 묻는 질문:

### 노년층을 위한 2019 코로나바이러스 (COVID) 대처 정보

#### 노년층의 경우 코로나바이러스에 더 취약합니까?

전세계적인 추이로 봤을 때 60 세 이상의 인구는 코로나바이러스 감염을 통해 심각한 질병이나 죽음에 이르는 경우가 더 많습니다. 심장병, 당뇨, 폐 질환, 혹은 면역력 약화등 만성적 질환을 앓고 계신 분들은 더 위험합니다. 60 세 이상이 면역 위에 나열한 질환을 갖고 하나 이상 갖고 계신 분이라면 철저한 대비가 반드시 필요합니다.

#### 코로나바이러스 확진자가 있는 지역에 거주하는 노년층의 경우 어떻게 해야 합니까?

확진자가 발생했다면 코로나바이러스가 오랫동안 해당 지역에 기생할 수 있습니다. 많은 사람들이 갑자기 한꺼번에 아프다던지 하는 상황이 생길 것입니다. 상황이 심각하다면 지역사회 차원에서 보건 담당자들을 통해 바이러스 확산과 바이러스에 대한 주민들의 노출 위험을 줄이기 위한 노력을 기울일 것이고 이를 통해 바이러스가 퍼져 나가는 속도를 늦추고 바이러스로 인한 악영향을 줄일 수 있을 것입니다. 여러분이 거주하시는 지역에 이런 상황이 발생했다면, 집에 머무시고 다른 사람과의 접촉을 최소화 하는 것이 필수입니다.

#### 어떻게 대비해야 합니까?

- 일상생활에 필요한 물품들을 미리 갖춰 놓으십시오 .
  - 주치의, 방문 요양사, 복지사, 혹은 병원에 연락해 필요한 약품들을 추가로 구비해 놓으셔야 합니다. 여의치 않은 경우, 의사 처방된 약품들이 집까지 배달될 수 있도록 요청하십시오.
  - 발열이나 다른 증상들을 다스리기 위한 기본적인 약품들과 화장지, 체온계 등 필수 의료 물품들을 구비해 놓으십시오.
  - 오랫동안 자택에 머물러야 할 경우를 대비해서 식료품, 생수, 생필품 등을 미리 충분히 구비 놓으십시오.
  - 구비해 놓은 생필품이나 식료품을 다 쓴 이후에도 자택에 머물러야 할 상황이 생긴다면 가족, 친지, 혹은 가까운 지인들과의 거래를 통해 음식을 조달하는 방법을 생각해보셔야 합니다.
  - 외부의 다른 분들과는 전화와 이메일을 통해 연락을 지속적으로 주고 받으십시오. 친구, 가족, 이웃, 사회복지사 분들의 도움이 필요한 상황이 생길 수 있습니다.
- 자택에 방문하는 사람의 경우 예외없이 손을 반드시 바로 씻도록 하셔야 합니다. 현관 입구에 손을 씻어달라는 문구를 붙이시는 것도 좋습니다. 음식 배달, 요양 서비스를 비롯 어떤 목적으로 방문하는가에 상관없이 방문객 모두가 사용할 수 있도록 손 세정제를 놓아두십시오.
- 장을 보고 오신 후, 현금을 만지신 후, 외출하고 돌아오신 후 손을 씻으셔야 합니다. 최소 20 초 간 비누와 물로 꼼꼼히 손을 씻어 주십시오. 특히 코를 풀셨거나 기침, 재채기를 하셨거나 공공 장소에 다녀오신 이후에는 반드시 손을 씻으셔야 합니다.
- 손이 자주 닿는 곳을 닦아 주셔야 합니다.
  - 지팡이, 보행 보조기, 휠체어 팔 받침, 문 미는 손잡이, 브레이크,
  - 계단 난간, 변기 안전 손잡이,
  - 다용도 (높은 곳의 물건, 옷 등을 잡는) 집게
  - 수도꼭지, 방문 손잡이, 냉장고 손잡이
  - 전화, 리모콘
  - 조명 혹은 형광등 스위치
  - 약 병, 약 통

### 외출할 경우 어떻게 해야 하나요?

- 아픈 사람과의 접촉을 피하십시오. 2 미터 가량 거리를 뒤에 합니다.
- 사람이 많은 곳, 특히 환기가 잘 되지 않는 곳을 피하셔야 합니다. 아픈 사람들이 포함된 사람 많은 장소에서 환기가 잘 되지 않을 때 코로나바이러스에 노출될 위험이 더 커집니다.

### 코로나바이러스에 감염되었을 시 증상은 무엇입니까?

코로나바이러스 감염이 의심되는 증상이 보일 시 반드시 바로 의사 혹은 병원을 찾으십시오. 노년층의 경우 다음과 같은 증상이 나타납니다.

- 숨을 쉬기 어렵거나 호흡이 가빠집니다.
- 가슴에 지속적인 통증 혹은 압박이 느껴집니다.
- 정신 착란 혹은 성기능 장애가 생깁니다.
- 입술 혹은 얼굴이 푸르스름한 빛을 띵니다.

*\*다만 위에 나열한 증상이 다는 아닙니다. 다른 증상이 나타날 수도 있으니 염려되는 그 어떤 증상이 나타나거나 심하게 아프시다면 바로 주치의, 방문 요양사, 복지사, 혹은 병원에 연락하십시오.*

### 코로나바이러스 감염이 의심될 시 어떻게 해야 하나요?

- 자택에 머무시고 주치의, 요양사, 복지사, 혹은 병원에 알려서 조치를 취하고 다른 사람에게 퍼지지 않도록 도움을 요청하셔야 합니다.
- 위에 나열한 증상이 급작스럽게, 심한 정도로 나타나거나 다른 증상들이 나타날 수도 있습니다. 바로 의료진, 의료기관에 연락하셔야 합니다.

### 나이가 많이 드신 분들을 위해 가족 등 다른 사람들이 할 수 있는 일은 무엇입니까?

- 평소에 어떤 약을 복용하시는지 알아두시고 약을 추가로 구비하실 수 있도록 도와주십시오.
- 이메일과 전화를 통해 주변 분들의 안부를 자주 확인해 주십시오.
- 가족 되시는 분께서 요양 시설에 머무르고 계시다면 요양 시설의 상황 및 시설 내 다른 분들의 상태는 어떤지 자주 확인해 주시고 코로나바이러스가 시설 내에 퍼지기 시작했을 때 어떤 조치를 취해야 하는지 미리 알아 두십시오.

### 요양원 혹은 노인 주거 복지 시설에 대한 지침이나 조치가 있습니까?

요양원이나 노인 주거 복지 시설의 경우 코로나바이러스 감염에 특히나 유의해야 합니다.

미연방질병통제예방센터는 아래와 같은 지침을 제공하고 있습니다. [cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/healthcare-facilities/prevent-spread-in-long-term-care-facilities.html](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/healthcare-facilities/prevent-spread-in-long-term-care-facilities.html)

메릴랜드보건국은 노인 주거 복지 시설들이 코로나바이러스 사태에 대비할 수 있도록 돕고 있습니다.

바이러스 감염 의심 증상들에 대한 교육을 실시하고 의심되는 사례를 바로 인지하고 보고할 수 있도록 조치하고 있습니다. 또한 시설에서 일하고 있는 직원들이 호흡기 질환 증상을 보이지는 않는지 관찰하고, 방문자 수칙을 강화하라는 지침을 보내고 있습니다. 직원들을 대상으로 손 씻기, 개인용 보호구 재고 점검과 부족 사태에 대한 대비 등 바이러스 감염을 막기 위한 행동 강령을 재교육할 것을 당부했습니다.

현재 메릴랜드보건국은 노인 주거 복지 시설을 대상으로 온라인 교육을 진행중이며 시설 내 노인 주거자들의 안전을 최우선으로 삼고 협조 중입니다.

