

자가격리대상자

가족 · 동거인 생활수칙

自我隔离对象

家人 · 同居人的生活守则

최대한 자가격리대상자와 접촉하지 않기

尽量避免与自我隔离对象接触

* 특히 노인, 임산부, 소아, 만성질환, 암 등 면역력이 저하된 분은 접촉 금지! * 외부인 방문 제한

* 尤其老人, 孕妇, 儿童, 慢性疾病, 癌症等免疫力低下的人群严禁接触! * 限制外部人访问。

불가피하게 자가격리대상자와 접촉할 경우 마스크를 쓰고 서로 2m 이상 거리 두기

不得不与自我隔离对象接触时, 须戴口罩, 相互间保持2m以上距离

자가격리대상자와 독립된 공간에서 생활하고, 공용으로 사용하는 공간은 자주 환기 시키기

与自我隔离对象在相互独立空间生活, 公用空间须经常通风

물과 비누 또는 손세정제를 이용하여 손을 자주 씻기

用水及香皂或洗手液经常洗手

자가격리대상자와 생활용품(식기, 물컵, 수건, 침구 등) 구분하여 사용하기

与自我隔离对象分开使用生活用品(餐具, 水杯, 毛巾, 寝具等)

* 자가격리대상자의 의복 및 침구류 단독세탁

* 单独清洗自我隔离对象的衣物及寝具

* 자가격리대상자의 식기류 등은 별도로 분리하여 깨끗이 씻기 전 다른 사람 사용 금지

* 自我隔离对象的餐具等单独清洗，清洗之前禁止其他人使用

테이블 위, 문 손잡이, 욕실기구, 키보드, 침대 옆 테이블 등 손길이 많이 닿는 곳의 표면 자주 닦기

经常擦净桌面，门把手，浴室用品，键盘，床头柜等常用手触摸的表面

자가격리대상자의 건강상태 주의 깊게 관찰하기

注意观察自我隔离对象的健康状态

코로나바이러스감염증-19 주요 증상

新型冠状病毒COVID-19 主要症状

- 발열(37.5℃ 이상) ○ 호흡기증상(기침, 인후통 등) ○ 폐렴
- 发热 (37.5℃ 以上) ○ 呼吸道症状 (咳嗽, 咽喉痛等) ○ 肺炎

자가격리대상자 생활수칙

自我隔离对象的生活守则

<p>감염전과 방지를 위해 격리장소 외에 외출 금지</p> <p>为了防止传染禁止隔离区以外的外出</p>
<p>독립된 공간에서 혼자 생활하기</p> <p>在独立空间单独生活</p> <ul style="list-style-type: none"> * 방문은 닫은 채 창문을 열어 자주 환기 시키기 * 식사는 혼자서 하기 * 关闭房门的情况下, 经常打开窗户进行通风 *单独用餐 * 가능한 혼자만 사용할 수 있는 화장실과 세면대가 있는 공간 사용하기 * 尽量使用具备单独洗手间和洗脸台的空间 <p>(공용으로 사용 시, 사용 후 락스 등 가정용 소독제로 소독하기)</p> <p>(公用时, 使用后用漂白剂等家用消毒剂进行消毒)</p>
<p>진료 등 외출이 불가피할 경우 반드시 관할 보건소에 먼저 연락하기</p> <p>因诊疗等不得不外出时, 须先向管辖保健所联系</p>
<p>가족 또는 동거인과 대화 등 접촉하지 않기</p> <p>避免与家人或同居人进行对话等接触</p> <ul style="list-style-type: none"> * 불가피할 경우, 얼굴을 맞대지 않고 마스크를 쓴 채 서로 2m이상 거리 두기 * 不得不情况下, 避免面对面接触, 戴口罩保持2m以上距离
<p>개인물품(개인용 수건, 식기류, 휴대전화 등) 사용하기</p> <p>使用个人物品 (个人毛巾, 餐具, 手机等)</p> <ul style="list-style-type: none"> * 의복 및 침구류 단독세탁 * 식기류 등 별도 분리하여 깨끗이 씻기 전 다른 사람

사용 금지

* 单独清洗衣物及寝具等之前，严禁其他人使用

건강수칙 지키기

遵守健康守则

- * 손씻기, 손소독 등 개인위생 철저히 준수 * 기침이 날 경우 반드시 마스크 착용
- * 彻底遵守洗手，手消毒等个人卫生 * 咳嗽时须戴口罩
- * 마스크가 없을 경우 옷소매로 입과 코를 가려 기침하기, 기침 후 손씻기·손소독 하기
- * 如果没有口罩，则用衣袖遮挡口鼻后咳嗽，咳嗽后洗手并进行手消毒

능동감시 기간 동안 관할 보건소가 연락하여 증상 등을 확인할 예정입니다.

介入观察期间管辖保健所将联系观察对象并确认症状等。

확진환자와 접촉 후 14일이 경과하는 날까지 자가 모니터링하여 주시기 바랍니다.

与确诊者接触后，14日经过为止，请进行自我检测。

자가모니터링 방법

自我检测方法

- 호흡기증상 등 감염 증상이 나타나는지 스스로 건강상태 확인
- 自我确认健康状态，即是否出现呼吸道症状等感染症状
- 매일 아침, 저녁으로 체온 측정하기
- 每天早，晚测体温
- 보건소에서 1일 1회 이상 연락 시, 감염 증상 알려주기
- 保健所1天联系1次以上时，告知感染症状

코로나바이러스감염증-19 주요 증상

新型冠状病毒COVID-19 主要症状

- 발열(37.5℃ 이상) ○ 호흡기증상(기침, 인후통 등) ○ 폐렴
- 发热(37.5℃ 以上) ○ 呼吸道症状(咳嗽, 咽喉痛等) ○ 肺炎