



보건소 정보 & 건강 상식

보건소명 (문의처)	행사 & 교육명	참가대상	운영기간	장소	주요행사내용
덕양구보건소 (☎8075-4032)	토요 임신부의 날	고양시 임산부	5. 9(목), 5. 25(토) 9:00 ~ 12:00	덕양구보건소 다목적교육장(2층)	- 산전검사무료상담 지원 - 모유수유관련 특강
덕양구보건소 (☎8075-4044)	찾아가는 시민건강 강좌	고양시민	5. 9(목) 15:00 ~ 16:00	덕양구청 대회의실(2층)	- 당뇨병 예방관리
일산동구보건소 (☎8075-4092)	아동청소년 정신건강을 위한 부모교육 (고양시아동청소년 정신건강복지센터)	고양시민	5. 14(화) 11:00 ~ 12:00	홈플러스 일산점 (4층 창의실)	- 부모자녀의 긍정적인 관계를 돕는 소통방법
일산동구보건소 (☎8075-4109)	정신건강상담 토닥토닥버스	고양시민	5. 16(목) 13:00 ~ 17:00	고양시청년일자리박람회 (킨텍스제2전시장)	- 스트레스 측정 및 우울증 선별검사 - 정신건강사업 홍보
			5. 25(토) 13:00 ~ 17:00	사람사랑생명사랑걷기축제 (호수공원)	- 스트레스 측정 및 우울증 선별검사 - 생명존중 자살예방사업 홍보
일산서구보건소 (☎8075-4868)	동순회 치매선별검사	만 60세 이상 일산서구 지역주민	매일 10:00 ~ 16:00	주엽2, 송포, 대학, 송산, 탄현동 행정복지센터	- 치매선별검사 실시
일산서구보건소 (☎8075-4179)	어린이 구강교육 나는 잘해요, 치카푸카놀이터	아동(5~7세)	5월 매주 수, 금 10:00 ~ 12:00	일산서구보건소 구강보건실(2층)	- 구강검진 및 불소도포 - 올바른 구강습관 및 칫솔질 방법 교육 - 손씻기 및 아토피 예방관리 등
일산서구보건소 (☎8075-4179)	허리짱짱 건강학교	고양시민	5. 13(월) 9:30 ~ 12:00, 5. 20(월) 13:30 ~ 16:00	일산서구보건소 건강마루(3층)	- 협착증의 이해 - 허리통증 완화 자세 교육 - 협착증 예방위한 운동 교육

• 야외활동, '참진드기' 조심하세요! •

포근해진 날씨와 함께 야외활동이 잦아진 요즘 참진드기를 각별하게 주의해야 한다. '중증열성혈소판감소증(SFTS)' 바이러스를 전파하는 매개로 기온이 올라가면 개체가 급격하게 증가하기 때문이다.

SFTS 바이러스를 보유한 참진드기에게 물리면 6~14일의 잠복기 이후 38~40도에 이르는 고열과 함께 구토, 설사 등 소화기 증상이 동반된다. 더불어 혈소판 감소와 백혈구 감소 등이 발생하고 심할 경우 중추신경계 이상소견 및 다발성 장기부전 등으로 사망할 수 있다. SFTS 바이러스를 보유한 참진드기는 전체 참진드기의 약 1% 밖에 되지 않지만, 바이러스에 감염되면 치사율이 무려 10~30%에 이른다.

예방을 위해서는 △야외활동 시 긴 옷을 착용하고 △풀밭 위에 옷을 벗어두거나 눕지 않아야 한다. △풀밭에 앉을 시 돛자리를 꼭 펴서 앉고 △사용한 돛자리와 착용한 옷은 세척 후 꼭 햇볕에 말린다. △벌레 기피제 사용도 바이러스 예방에 큰 도움이 된다.

