

일상생활에서의 감염 예방법

서 강 녕
LG필립스 LCD

일상 생활에서의 간염 예방법

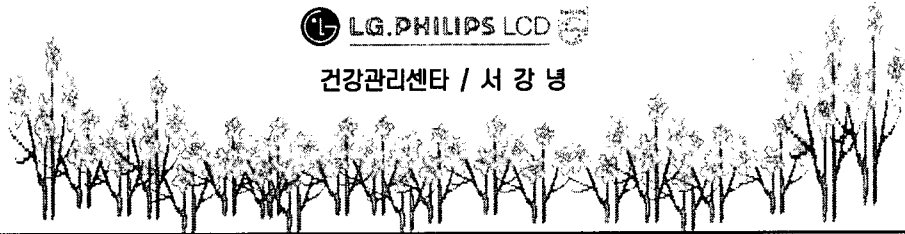
목 차

- I. 간염이란?
- II. 간염의 전파경로
- III. 간염에 걸리지 않으려면....

2003. 07. 03.

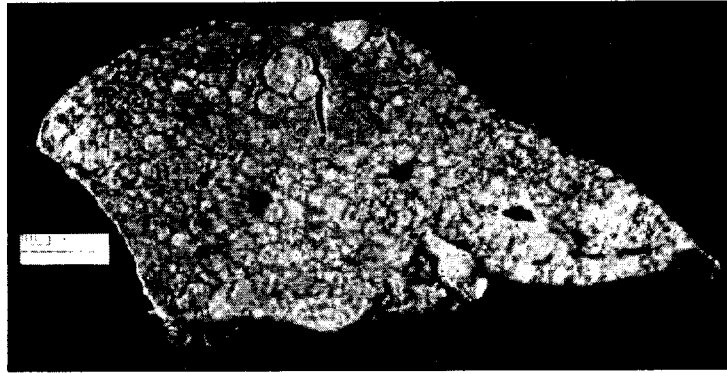


건강관리센터 / 서 강 녕



I. 간염이란?

Work No. 1



“간세포 조직의 염증을 의미”

LG PHILIPS LCD

- B, C, D형만 만성 간질환을 일으키며
- B형은 우리나라 만성 간질환의 가장 흔한 원인이다 (한국 성인의 7%)
- 간염이 6개월이상 낫지 않고 진행되면 만성 간염이라고 한다.
- 수년에 걸쳐서 간의 염증수치 (GOT, GPT)가 정상이 되지 않고 오르락 내리락한다.

기원전 1000년 부터 고대 중국에서는 인간의 혼을 담은 혈액을 간에서 보관하고 있다고 믿었고 따라서 간에 병이 생기면 영혼이 타락한다고 믿었다.





**B형 간염은
혈액,
타액,
성접촉을 통해 전염이 이뤄진다.**

(타액, 눈물, 모유, 월경혈, 정액, 소변, 척수액, 관절액)



1. 집에서

- (1) 찌거나 국물김치 등을 한그릇에 담아 서로 같이 먹는 경우
- (2) 면도기나 칫솔, 세수수건 등을 집안 식구가 공용할 때
- (3) 부부의 성생활
- (4) 어린아이에게 사탕 등 먹을 것을 입에서 깨어 줄 때

2. 외부에서

(1) 불결한 주방에서 만든 음식을 사먹는 경우

(2) 여러사람이 한그릇에 음식을 먹고 술잔을 돌리는 경우



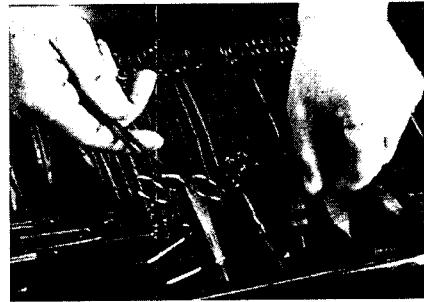
(3) 공중목욕탕이나 이발소에서 공동으로 쓰는 면도기, 손톱깎기, 귀이개 등을 사용하는 경우

(4) 불결한 성생활

3. 병원이나 기타 장소

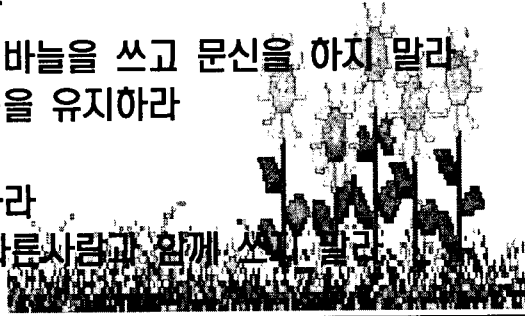
(1) 주사기, 수술기구 등의 소독이 불량할 때

(2) 간염환자 혈액을 수혈 받을 때



간장질환 예방 10계명

1. 간염백신을 맞아라
2. 간염바이러스 건강보유자는 규칙적으로 검진을 받아라
3. 과음하지 말라
4. 술잔을 돌리지 말라
5. 약물을 남용하지 말라
6. 귀를 뚫을 땀 소독한 바늘을 쓰고 문신을 하지 말라
7. 운동으로 적절한 체중을 유지하라
8. 날음식을 피하라
9. 문란한 성생활을 피하라
10. 칫솔이나 면도기는 다른 사람과 함께 쓰지 말라



확실히 건강합시다 365일!

