

한낮의 내리쬐는 뜨거운 햇살과 함께 아침저녁으로 선선한 바람이 부는 가을이 왔다. 큰 일교차 때문인지 주위엔 콜록거리는 사람들이 늘어나고, 면역력이 약한 아이들과 어르신들의 건강관리에 더욱 주의가 요구된다. 이맘때쯤이면 잊지 말아야 할 것이 독감(인플루엔자) 예방 백신 접종이다. 9월부터 12월 사이에 접종하는 것이 권장되지만, 꼭 맞아야 하는지, 어떻게 맞아야 하는지 알쏭달쏭하기만 하다. 그 궁금증을 한국건강관리협회 서울서부건강검진센터 박아영 가정의학과 전문의의 도움을 받아 시원하게 풀어보자.

알쏭달쏭 독감 예방주사 더 똑똑하게 맞자

독감 예방주사
맞아도 콜록콜록
감기에 왜 걸리죠?

Q. 독감 예방주사를 맞으면 감기도 예방된다?

독감으로 불리기 때문에 감기와 같은 병으로 생각하기 쉬운데, 같은 급성 호흡기 감염증이라도 독감과 감기는 다른 병이다. 감기는 다양한 감기 바이러스에 의해서 발생하는 급성 호흡기 질환을 말한다. 감기는 보통 2~5일 만에 합병증 없이 회복되는 경우가 대부분이며 특별한 치료법은 없다. 하지만 독감은 인플루엔자 바이러스에 의한 감염증이며 독감 예방주사는 인플루엔자 바이러스에 대한 백신이므로 다른 종류의 바이러스에 의한 감기에는 효과가 없다.

Q. 독감 예방주사를 맞으면 독감에 걸릴 수 있다?

우리나라에서 유통되는 예방백신에 사용되는 항원은 바이러스를 죽이거나, 바이러스 중 항원성을 띠는 일부 단백질만 정화해서 만들기 때문에 질병을 일으킬 능력이 없다.

Q. 독감 예방주사를 맞으면 100% 예방된다?

건강한 젊은 사람은 약 70~90% 정도의 예방 효과가 있으나, 노인이나 만성질환이 있는 사람은 효과가 약간 떨어진다. 그러나 노인이나 만성질환자에게도 독감 예방주사가 인플루엔자로 인한 입원과 사망을 줄이는데 매우 효과적이므로 맞는 것이 좋다.



일 년에 한 번씩
독감 예방주사
맞으러 가자



Q. 독감 예방주사는 유아나 노인만 맞는다? **✕**

독감 예방접종은 백신 접종 후 심한 과민반응을 보이거나 계란에 심한 과민반응을 보이는 등의 경우를 제외하고는 대부분 접종 가능하다. 특히, 만성질환자, 65세 이상 노인, 생후 6개월~59개월 소아, 임신부를 비롯한 이들과 함께 거주하는 자, 6개월 미만 영아를 돌보는 자, 의료인, 사회복지시설 거주자 등은 독감 예방주사 권장 대상이다.

Q. 임신부도 독감 예방주사를 맞는다? **○**

임신 시 인플루엔자 감염은 일반인에 비해 인플루엔자 감염으로 인한 합병증의 위험성이 더 크기 때문에 임신 14주 이상이 되는 임신부는 접종을 권장한다. 일반적으로 자연유산의 위험이 높은 임신 초기(임신 3개월)에는 접종을 피한다.

Q. 독감 예방접종을 처음 하는 소아는 2회 접종한다? **○**

생후 6개월 이상~만 9세 미만의 소아 중 과거 백신 접종 경력이 없다면 4주 간격으로 2회 접종하며, 독감 백신 접종 경력이 있다면 1회만 접종하면 된다. 만 9세 이상 소아 및 성인의 경우는 일반적으로 1회만 접종한다.

Q. 독감 예방접종은 한 번 맞으면 평생 간다? **✕**

독감 예방접종은 해마다 해야 한다. 접종 후 면역항체 지속 효과는 6개월 정도이며, 독감 바이러스는 돌연변이를 일으키기 쉬우므로 해마다 세계보건기구(WHO)에서 그해 겨울에 유행할 독감 바이러스의 돌연변이 형태를 예측하고 제약회사에서는 그것을 근거로 새로운 주사약을 만들어낸다. **MEDI^YCHECK**

생활 속
독감 예방 수칙



- ① 노약자, 만성질환자 등 우선접종 권장대상자는 예방접종을 한다.
 - ② 자주 손을 씻고, 개인 위생수칙을 잘 지킨다.
 - ③ 기침이나 재채기를 할 때에는 손수건이나 휴지, 옷깃 등으로 입을 가리는 기침 에티켓을 지킨다.
 - ④ 열과 호흡기 증상(기침, 목 아픔, 콧물 등)이 있는 경우 마스크를 착용한다.
 - ⑤ 독감이 유행할 때에는 가급적 사람들이 많이 모이는 장소의 방문을 피한다.
 - ⑥ 독감 의심 증상(일반적인 감기 증상과 함께 고열, 근육통, 식욕감 등의 전신증상)이 있는 경우 의사의 진료를 받는다.
- 자료 : 보건복지부

