안전하게 계세요. 집에 머무세요. 자세한 정보를 알아보시려면
COVID19.CA.GOV에 방문하세요.

공중보건 비상사태 대비

KO
한국어

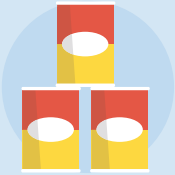
또한 다음에서도 알아볼 수 있습니다:
English
Español
中文
Filipino
Tiếng Việt

캘리포니아주 비상서비스국:
CalOES.ca.gov

캘리포니아주 보건당국:
cdph.ca.gov

산불, 홍수, 지진 등 자연재해로부터 자신을 안전하게 지키기 위한 추가 조언 및 도구는 **LISTOSCALIFORNIA.ORG**에서 찾을 수 있습니다.

모두를 위한 안전 조언



2주분의 식료품, 저장품, 비누를 비축합니다.

온도계, 감기약, 해열제를 준비합니다.

CDPH

공중보건당국의 지침을 따릅니다.

독감 예방접종을 받습니다.

안전하게 계세요
집에 머무세요

COVID19.CA.GOV에 방문하세요

팔꿈치 또는 휴지를 대고 기침합니다.

가족과 친구가 아플 경우를 대비한 계획을 세웁니다.

정부가 요청한 경우 집에 머뭅니다.

얼굴을 만지지 않는 습관을 들입니다.

비누를 사용하여 20초간 손을 자주 씻습니다.

믿을 만한 소식통은 어디입니까?

CDC
미국 질병통제예방국

CDPH
캘리포니아주 보건당국

거주 카운티의 공중보건국

LISTOSCALIFORNIA.ORG

추가 조언:

집에머무세요생명을구하세요
COVID19.CA.GOV

아픈 사람의 간병인

- 아픈 사람 및 그의 소지품을 타인에게서 떨어뜨려 놓습니다.
- 가능한 경우 별도의 침실과 욕실을 사용합니다.
- 별도의 컵, 조리도구, 그릇을 사용합니다.
- 한 명을 주 간병인으로 선택합니다.
- 체온, 증상, 의약품을 기록합니다.
- 간병 이전과 이후 손을 씻습니다.
- 조명 스위치, 문손잡이, 장난감, 기타 표면을 매일 닦습니다.
- 매우 뜨거운 온수를 사용하여 의류, 수건, 침구를 세탁합니다.
- 반려동물이 아픈 사람에게 다가가지 않도록 합니다.

건강 문제가 있는 사람

- 위험이 크다면 공공장소에 가지 않습니다.
- 가족, 간병인, 의사 연락처 목록을 만듭니다.
- 모든 질환 및 처방 목록을 만듭니다.
- 모든 처방약 60일분 또는 90일분을 요청하여 보충합니다.
- 간병인이 아플 경우를 대비하여 간병 지속 방법을 논의합니다.

가족

- 자녀에게 건강 위험 요소를 설명하고 안전하게 지낼 방법을 알려줍니다.
- 자녀와 20초간 손 씻는 방법을 연습합니다.
- 아이 돌봄/학교에 보건 비상사태 계획을 질문합니다.
- 아이 돌봄/학교가 휴장할 경우 누가 자녀를 돌볼지 결정합니다.
- 회사에 병가 및 재택근무에 관해 질문합니다.
- 주 간병인이 아플 경우를 대비한 가족 구성원 케어 계획을 세웁니다.
- 나이가 매우 어리거나 매우 많은 사람이 타인과 밀접하게 접촉하지 않도록 합니다.
- 나이 많은 가족 구성원을 위해 음식 배달을 준비하여 집에 머무르게 합니다.
- 혼자 사는 가족 및 이웃에게 전화로 안부를 자주 확인합니다.
- 종교 단체 등에 연락하여 도움을 제공하거나 요청합니다.

COVID-19가 세계적 대유행 상태입니다. 지금 바로 집에 머무세요.
COVID19.CA.GOV에 방문하세요.

준비된 CALIFORNIA ALL 캘리포니아

중요한 공중보건 용어

팬데믹

팬데믹이란 신종 바이러스가 전 세계에 발생한 것입니다. 대인 간 쉽게 전파되는 바이러스입니다. 새로운 백신을 제작하는 데는 오랜 기간이 걸리므로, 많은 사람이 빠르게 감염됩니다.

사회적 거리 두기

발병 기간, 사람들과의 거리를 2m가량 두면 건강을 지키는 데 도움이 됩니다. 이를 사회적 거리 두기라고 합니다. 다른 사회적 거리 두기에는 다음이 포함됩니다:

분리

어떤 사람이 전염성이 매우 강한 질병 보유자라면, 집이나 병원에 머물라는 요청을 받을 수 있습니다. 이를 분리라고 합니다. 분리는 타인에게 질병을 전파하는 것을 막는 데 도움이 됩니다.

격리

건강한 사람이 전염병에 걸린 사람과 접촉하는 경우가 있습니다. 건강한 사람들은 본인에게 증상이 발생하기 전에도 병을 전파할 수 있습니다. 질병에 걸렸는지 확인하기 위해 일정 기간 집에 머물라는 요청을 받을 수 있습니다. 이를 격리라고 합니다.

방지책

질병 확산 방지를 위해 지역사회의 모두가 일정 기간 집에 머물러야 하는 경우가 있습니다. 공개 행사는 취소될 수 있습니다. 학교, 사업체, 직장이 문을 닫을 수 있습니다. 이러한 방지책은 질병 전파의 속도를 늦출 수 있습니다.