

GANGJIN 

Web Contents



목차

목차	2
해외여행 건강정보	3
해외여행 전 건강관리	3
해외여행 중 건강안전수칙	3
해외여행 후 의학적 검사를 받아야 하는 경우	3

해외여행 전 건강관리

- 방문하는 국가의 감염병 정보를 충분히 알아보기
- 출국 4~6주(최소2주) 전에 질병관리본부 콜센터(1339)를 통해 상담 받거나 종합병원 또는 보건소를 방문하여 상담 및 필요한 예방접종 받기
- 여행전 권장 예방접종 : 황열, 콜레라, 말라리아(예방약), 장티푸스, 파상풍, A형간염, 수막구균성 수막염, 인플루엔자 등
- 소아, 임신부, 65세 이상 노인, 기저질환이 있는 경우에는 출국 전 건강상태 확인
- 기저질환이 있는 경우 영문소견서(병력, 처방약 등 포함) 준비 권고
- 해열제, 지사네, 소화제, 반창고, 물파스, 알코올 솜 등 간단한 비상약 준비
- 뎅기열 위험지역 여행 시 열이 있을 경우 아스피린 복용 금지

[☞ 질병관리본부 해외여행질병정보센터](#)[☞ 외교통상부 해외안전여행](#)

해외여행 중 건강안전수칙

- 외출 후 또는 식사 전에 반드시 손을 깨끗이 씻기
- 모든 음식물은 완전히 익혀서 먹기
- 반드시 끓인 물 또는 생수, 탄산수 마시기
- 살균처리(가공)한 유제품 먹기
- 길거리 음식, 얼음 등 비위생적인 음식 피하기
- 모기에 물리지 않도록 모기기피제 사용, 외출 시 긴소매, 긴바지, 모자 착용
- 여행중 고열, 설사, 구토 등의 증상이 나타나면 현지 의료기관 방문하여 상담 및 치료받기
- 설사 할 경우, 충분한 수분 섭취 필요
- 개, 가금류(닭, 오리 등), 야생동물과 접촉하지 않기
- 야생동물과 접촉이 예상되는 경우 출국 전 공수병(광견병) 예방접종 상담권고
- 만약 동물에게 물리거나 긁혔다면 비누와 물로 상처부위를 깨끗이 씻고 즉시 병원 방문하기
- 가벼운 상처가 생겼을 경우 즉시 물로 깨끗이 씻고 소독하기
- 기침, 발열 등 감염병 의심증상을 보이는 사람과 접촉하지 않기

해외여행 후 의학적 검사를 받아야 하는 경우

- 귀국 일주일 이내에 열, 설사, 구토, 황달, 소변이상, 피부질환이 생기는 경우
- 여행하는 동안 심한 감염성 질환에 노출되었다고 생각하는 경우
- 여행하는 동안 동물에게 물린 경우
- 개발도상국에서 3개월 이상 체류한 경우

GANGJIN

Web Contents

