



# COVID-19

## 신종 코로나바이러스

### 매니토바의 COVID-19 상황

COVID-19(코로나바이러스)라는 유해 바이러스가 전 세계 각국에 전파되고 있습니다. 모든 사람들은 바이러스 확산 방지를 위한 노력에 동참해야 합니다.

#### COVID-19는 어떤 바이러스인가요?

COVID-19는 사람들에게 전염되어 고통을 주는 바이러스입니다. 증상은 경증(열, 기침, 두통, 콧물, 인후통 등) 부터 심각한 증상(숨가쁨, 호흡 문제 등)까지 다양하게 나타날 수 있습니다.

#### COVID-19 감염에 따른 위험도가 높은 대상군은 누구인가요?

어떤 사람들은 경미한 증상만 보이지만 일부는 심각한 증상을 겪을 수 있습니다. 심각한 증상이 발생할 수 있는 고위험군은 다음과 같습니다.

- 60 세 이상
- 만성 질환자(예: 당뇨병, 심장, 신장 또는 만성 폐 질환자)
- 면역 체계가 약화된 사람 (예: 암 환자)

#### COVID-19는 어떻게 감염되나요?

감염된 환자가 기침이나 재채기를 할 때 가까이(2미터/6피트)에 있으면 COVID-19에 전염될 수 있습니다. 또한 바이러스에 노출된 물건이나 표면을 만진 후 입, 눈, 코를 만지면 감염될 수 있습니다.

오염된 표면을 통해 COVID-19에 감염될 위험성은 낮은 편이며, 손 위생 수칙을 준수하면 감염의 위험을 더욱 낮출 수 있습니다.

#### COVID-19 감염 위험을 낮추려면 어떻게 해야 하나요?

손을 청결하게 유지하세요. 손을 닦을 때는 비누를 사용하여 따뜻한 물로 최소한 15초간 씻으세요. 손의 물기를 완전히 건조하세요. 손에 오염된 물질이 묻지 않은 경우에는 알코올 성분의 손 세정제를 사용할 수도 있습니다.

추가적 예방 조치는 다음과 같습니다.

- 기침이나 재채기를 할 때는 얼굴을 가리세요. 손을 사용하지 말고 옷소매나 팔꿈치에 대고 가리세요.
- 가급적 얼굴을 만지지 마세요.
- 몸 상태가 좋지 않으면 경미한 증상이더라도 집에 머무르세요.
- 몸 상태가 좋지 않으면 집안의 다른 사람으로부터 격리하고 검사를 받으세요.
- 자가 격리 및 모니터링에 관한 공중보건 안내를 따르세요.
- 다음의 상황에서는 손을 씻으세요.
  - 방문 장소에 들어가거나 나갈 때
  - 화장실 사용 후
  - 조리 전, 조리 중, 조리 후
  - 식사 전 또는 공동으로 사용하는 물건을 쓰기 전
- 손을 닦을 때는 비누를 사용하여 따뜻한 물로 최소한 15초간 씻으세요. 손을 닦을 수 없는 경우 알코올 성분 손 소독제를 사용하세요.

### **마스크를 착용하세요**

COVID-19의 확산 방지를 위해 마스크를 착용하는 것이 중요합니다. 공공 장소의 실내에 있을 때나 물리적 거리두기가 어려울 때는 마스크를 착용하세요.

최신 정보는 웹사이트 [Manitoba.ca/covid19](https://Manitoba.ca/covid19)를 참조하세요.