



# 안내 자료

## 코로나바이러스(COVID-19)에 관해 주지할 사항

12/05/2020

COVID-19은 신종 바이러스에 의해 초래되는 호흡기 질환입니다. 증상은 발열, 기침, 인후통 및 숨가쁨 등입니다. 이 바이러스는 사람 간에 전염될 수 있지만 양호한 위생 실천은 감염 예방에 도움이 될 수 있습니다. 누구에게 위험하며 COVID-19에 걸렸다고 생각될 경우 무엇을 해야 되는지에 대해 알아보십시오.

## COVID-19란?

코로나바이러스는 호흡기 감염을 일으키는 대규모 바이러스군입니다. 이 바이러스는 감기에서부터 더 심각한 질환까지 다양할 수 있습니다.

COVID-19은 신종 코로나바이러스에 의해 초래된 질환입니다. 이는 2019년 12월 중국 우한 시에서 처음 보고되었습니다.

## COVID-19 증상

COVID-19 증상은 경미한 병세에서부터 심한 폐렴까지 다양할 수 있습니다. 일부 사람은 신속하고 쉽게 회복하지만 매우 빠르게 아프게 되는 사람들도 있습니다.

COVID-19 증상의 예는 다음과 같습니다.

- 발열
- 기침
- 인후통
- 숨가쁨

COVID-19에 걸렸을 수도 있다고 우려가 되실 경우:

- healthdirect 웹사이트의 증상 체크를 이용합니다
- 국립 코로나바이러스 헬프라인 **1800 020 080**에 연락하여 의료 조언을 구합니다. 이 정보 라인은 일주 7일 매일 24시간 운영됩니다. 비영어 사용자일 경우 통번역 서비스 **131 450**에 연락하여 서비스를 이용할 수 있습니다.
- 의사 혹은 병원 예약을 위해서는 미리 전화를 합니다.
- 주 혹은 준주 보건부에 연락하여 검사에 관한 정보를 구합니다.

## 어떻게 전파되는가?

COVID-19은 아래 경로를 통하여 사람 간에 전파됩니다.

- 전염자와 근접 접촉(증상이 있기 전 48 시간 내를 포함하여)
- 감염자의 기침 혹은 재채기의 비말에 접촉
- 감염자의 비말이 있는 물건 혹은 표면(문 손잡이 혹은 탁자 등)을 만진 후에 자신의 입이나 얼굴을 만짐.

COVID-19은 신중 질환이기 때문에 우리의 지역사회에 이 질환에 대한 면역이 없습니다. 이는 이 질환이 광범위하게 그리고 신속하게 퍼질 수 있음을 의미합니다.

## COVIDSafe 앱이란?

COVIDSafe 앱은 COVID-19 전파를 늦추기 위한 호주 정부 노력의 일환입니다. 우리가 질환 발발을 찾아 내고 억제할 수 있다는 자신감을 가진다는 것은 정부가 호주인들을 안전하게 보호하면서도 제한사항들을 완화시킬 수 있음을 의미합니다. COVIDSafe 앱은 호주 정부가 승인한 유일한 접촉 추적 앱입니다.

새로운 앱인 COVIDSafe 앱은 전적으로 자발적인 것입니다. 이 앱을 다운로드한다는 것은 자신과 가족 그리고 친구들을 보호하고 다른 호주인들의 생명을 구하기 위해 귀하가 할 수 있는 것입니다. 더 많은 호주인들이 COVIDSafe 앱에 연결할수록 주 및 준주 의료관들이 더 빨리 바이러스를 찾아내고 COVID-19에 노출되었을 수도 있는 사람들을 더 신속하게 접촉할 수 있음을 의미합니다.

COVIDSafe 앱은 COVID-19 확진자와의 근접 접촉을 한 사람들을 찾아내는 현재의 수동 절차를 가속화합니다. 이는 귀하가 위험에 처해 있을 경우 좀더 빨리 연락을 받게 됨을 의미합니다. 이를 통해 귀하가 가족과 친구 그리고 지역사회 사람들에게 바이러스를 전파할 확률을 감소시키게 됩니다.

주 및 준주 의료관들은 누군가 양성 판정이 나오고 자신의 전화기의 정보가 업로드되는 것에 동의할 경우에만 앱 정보를 조회할 수 있습니다. 의료관들은 검역 혹은 검사가 필요할 수도 있는 사람들에게 경보 제공 지원을 위한 앱 정보만을 이용할 수 있습니다.

## COVIDSafe 앱은 어떻게 작동되는가?

귀하가 앱을 다운로드할 때 귀하의 이름, 휴대폰 번호 및 우편번호를 제공합니다. 그러면 설치를 완료하는 SMS 확정 문자 메시지를 받게 됩니다. 이후 이 시스템은 귀하만을 위한 고유의 암호화된 참조 코드를 생성합니다.

COVIDSafe 앱은 다른 기기가 해당 앱을 설치하고 블루투스를 가능하게 한 경우에 그 기기를 인식합니다. 그 앱이 다른 사용자를 인식할 때 날짜, 시간, 거리 및 접촉 소요시간 그리고 다른 사용자의 참조 코드를 기록합니다. COVIDSafe 앱은 귀하의 위치를 수집하지는 않습니다.

COVIDSafe 앱이 시행되기 위해서는 귀하가 일상적인 생활을 하면서 사람들과 접촉을 하는 동안에 귀하의 앱이 작동하도록 해야 합니다. 사용자들은 COVIDSafe 앱이 작동됨을 확인하는 통보를 매일 받습니다.

정보가 암호화되고 그 암호화된 식별자가 귀하의 전화기에 안전하게 저장됩니다. 귀하조차도 이를 조회할 수 없습니다. 사람들의 휴대폰에 저장된 접촉 정보는 21 일 주기로 삭제됩니다. 이 기간은 COVID-19 잠복 기간과 검사를 하는데 걸리는 시간을 고려한 것입니다.

## 누가 COVID-19 에 가장 위험한가?

호주에서 바이러스에 걸릴 위험이 가장 큰 사람들:

- 최근에 해외에 다녀온 여행자들
- COVID-19 확진자와 근접 접촉을 한 사람들
- 교정 및 구금 시설 내의 사람들
- 집단 거주 환경 내의 사람들

바이러스에 감염될 경우 심각한 병이 생길 위험이 더 높거나 그럴 가능성이 더 많은 사람들:

- 70 세 이상
- 만성 질환을 가진 65 세 이상
- 만성 질환을 가진 50 세 이상의 애보리지널 원주민 및 토레스 해협 섬 원주민
- 약화된 면역 체계를 가진 사람

더 광범위한 인구에 비해 어린이들에게는 COVID-19 확진자의 비율이 지금까지는 낮았습니다.

호주의료보호책임위원회(AHPPC)는 어린이를 학교에 보냄으로써 위험이 더 증가하지는 않는다는 조언을 제공했습니다.

임산부들에 대한 위험에 대해 현재는 제한된 증거만 가능합니다.

위험 범주에 있는 사람들을 위한 조언을 원하시면 보건부 웹사이트를 참조하십시오.

## COVID-19 으로부터 자신과 다른 사람들을 보호하는 방법

모두가 COVID-19 전파를 멈추게 하기 위해 일조를 할 수 있습니다. COVID-19의 전파를 늦추고 가장 위험한 사람들을 보호하기 위해 아래 사항을 준수하는 것이 중요합니다.

신체적 거리두기 (사회적 거리두기라고도 함) 및 양호한 위생을 실천합니다.

이는 아래와 같은 규정을 의미합니다.

- 다른 사람과 1.5 미터 거리를 유지한다
- 감기 혹은 독감과 같은 증상이 있을 경우 집에 머문다
- 악수, 포옹, 키스 등 신체 접촉 인사를 피한다
- 가능하면 현금 대신에 탭 앤 고우를 이용한다
- 기침이나 재채기는 팔꿈치 혹은 휴지로 가린다
- 사용한 휴지는 바로 쓰레기통에 넣고 손을 씻는다
- 식사 전후 그리고 화장실 이용 후를 포함하여 자주 손을 비누와 물로 씻는다
- 알코올 기반 손 소독제를 이용한다
- 눈, 코, 입을 만지지 않는다
- 벤치탑, 책상 및 문 손잡이 등 자주 사용한 표면을 청소하고 소독한다
- 휴대폰, 열쇠, 지갑 및 직장 통행증 등 자주 사용하는 물건을 청결하게 하고 소독한다
- 창문을 열거나 에어컨을 조정하여 신선한 공기 양을 증가시킨다

해당 주 혹은 준주 당국의 공공 모임에 대한 권고사항을 항상 따르십시오.

## COVIDSafe Australia 를 향해 전진

호주는 성공적으로 '확진자 곡선 그래프를 완만화'했으며 현재 전국의 신종 COVID-19 확진자 수는 매우 낮습니다. 이제 우리는 이 바이러스 전파를 억제하는데 도움을 준 제한사항 몇 가지를 완화하는 신중한 단계들을 시작할 수 있습니다.

호주 정부는 주 및 준주가 COVIDSafe 지역사회로 나아가는 경로를 제공하는 3 단계 플랜을 발표했습니다. 주 및 준주는 서로 다른 시간에 이들 단계로 향해 나아가갈 것이며 각자의 공공 보건 상황과 해당 지역 조건에 맞추게 될 것입니다.

귀하는 COVID-19 웹사이트를 방문함으로써 귀하의 주 및 준주의 권고사항 변화에 대한 최신 정보를 얻을 수 있습니다. 하지만 모든 단계에서 신체적 거리두기와 양호한 위생을 유지하며, 아플 경우 집에 머물고 COVID-19 증상이 있을 경우 검사를 받는 것이 필수적입니다.

## 의료 서비스를 받는 방법

귀하의 평상시 의료 진료를 지속하는 것이 중요합니다. 특히 의료가 필요한 만성적 혹은 기존 질환이 있을 경우 그러합니다.

만일 몸이 아프고 COVID-19 증상이 있을 경우 의료 조언을 받는 것이 중요합니다. 귀하의 증상에 관해 누군가에게 대화하길 원할 경우 국립 코로나바이러스 헬프라인 **1800 020 080** 에 전화하여 조언을 구하십시오. 이 정보 라인은 일주 7 일 하루 24 시간 운영됩니다.

비영어 사용자일 경우 **131 450** 에 전화하여 통번역 서비스를 이용할 수 있습니다.

의사 혹은 병원을 통해 의료적 도움을 구할 경우 미리 전화를 하여 방문 사실을 알게 하십시오. 치료를 받으러 갈 때 주의를 해야 합니다. 제공 받은 지침을 준수하십시오.

만일 호흡기 질환 증상이 있을 경우 의료 서비스를 구할 때 마스크를 착용하여 다른 사람들을 보호하십시오. 마스크가 없을 경우, 해당 의료 제공업체가 공급할 수도 있으므로 이들에게 알립니다.

다른 사람과 최소한 1.5 미터 거리를 항상 유지하십시오. 기침이나 재채기는 팔꿈치로 가립니다.

의사에게 아래 사항에 대해 알립니다.

- 증상
- 여행 내력
- COVID-19 감염자와의 최근 접촉

## GP 주도의 호흡기 클리닉

또한 GP 주도의 호흡기 클리닉에 갈 수도 있습니다. 각 주 및 준주에는 호흡기 클리닉이 있습니다. 해당 지역의 클리닉에 대한 더 자세한 정보:

<https://www.health.gov.au/about-us/contact-us/local-state-and-territory-health-departments>

## 원격 의료 및 약품 택배

의사, 간호사 및 정신 보건 전문인들은 2020 년 9 월 30 일까지 전화 혹은 비디오 컨퍼런스를 통해 원격 의료를 경유한 별크빌 서비스를 제공할 수 있습니다.

Medicare 카드가 있는 사람은 누구나 원격 의료 서비스를 받을 자격이 있습니다. 담당 의사는 또한 원격 의료 진료를 통해 처방전을 제공할 수 있습니다.

담당 의사는 원격 의료 검진 동안에 페이퍼 처방전을 작성할 것입니다. 그리고 나서 처방전 전체의 명확한 사본 (사진 혹은 pdf 등 디지털 이미지)을 작성하여 귀하가 선호하는 약국에 이메일, 문자 혹은 팩스로 보내고 약품이 가정에 배달되도록 할 수 있습니다.

더 자세한 정보:

<https://www.health.gov.au/resources/publications/covid-19-national-health-plan-prescriptions-via-telehealth-a-guide-for-patients>

## 정신 건강을 위한 지원

코로나바이러스는 우리의 생활 방식과 우리가 사랑하는 사람들과 보내는 시간에 변화를 가져옵니다. 이 대유행병은 여러 달 동안 우리를 떠나지 않을 것이므로 우리의 신체적 건강과 아울러 정신적 건강에도 유의하는 것이 중요합니다.

전화 혹은 인터넷으로 친구, 가족 및 지역사회와 늘 연락하십시오.

마음 상태가 좋지 않을 수 있는데 받아들이십시오. 스트레스를 받거나 슬픔, 피곤, 불안 혹은 분노가 생길 경우 그러한 상황이 정상임을 주지하고 도움을 요청하기를 두려워하지 마십시오.

아래 사항을 위해 [www.headtohealth.gov.au](http://www.headtohealth.gov.au) 를 방문하십시오.

- 온라인 정신 보건 및 전화 지원 링크
- 정신 보건 우려를 겪고 있거나 다른 사람을 지원하고자 할 경우 도움이 될 수 있는 자료 및 서비스

## COVID-19 검사를 받는 방법

COVID-19 증상이 있는 사람은 검사를 받으러 가야 합니다. COVID-19 증상은 발열, 기침 및 인후통입니다. 경미한 증상만 있더라도 검사를 받는 것이 중요합니다.

COVID-19 검사를 받으면 가능한 많은 감염자를 파악하여 격리를 시키고 이들의 접촉을 추적하여 지역사회에 바이러스 전파를 방지하는데 도움이 됩니다.

이는 COVID-19의 확산을 제한하는 공공 의료 노력을 지원하며 우선순위 설정 및 직접적 의료 자료에도 도움이 됩니다.

주 및 준주가 각자의 검사 기준을 가질 수도 있으므로 해당 지역 보건부에 확인하십시오.

## 검사 결과 대기

검사 결과가 나오기까지는 며칠이 걸릴 수도 있습니다.

심각한 증상이 있을 경우 병원에 입원하여 다른 환자들로부터 격리되어 바이러스 전파를 방지할 수도 있습니다.

검사를 기다리는 동안에 귀하가 집에 갈 정도로 충분히 건강하다고 의사가 말할 경우 아래 사항을 실천해야 합니다.

- 집에서 격리
- 양호한 위생 및 신체적 거리두기를 실천하여 자신과 다른 사람을 보호



## COVID-19 치료 방법

현재 COVID-19 을 위한 치료 혹은 백신은 없습니다. 의료는 대부분의 증상을 치료할 수 있습니다. 항생제는 박테리아 감염에만 효과적이고 바이러스에는 효과가 없습니다.

일부 기사는 하이드록시클로로퀸을 포함하여 특정 약품이 COVID-19 치료에 사용될 수 있다고 제안합니다. 어떤 약품도 COVID-19 치료를 위해 호주연방의료제품청 (TGA)의 승인을 받지 못했습니다.

TGA 웹사이트를 방문하여 하이드록시클로로퀸에 대한 더 자세한 정보를 알아보십시오.

<https://www.tga.gov.au/alert/new-restrictions-prescribing-hydroxychloroquine-covid-19>

## 더 자세한 정보

방문 사이트: [www.health.gov.au](http://www.health.gov.au)

[COVID-19 에 대해 자주 묻는 질문에 대한 답변 보기.](#)

COVID-19 사이트 방문: [English COVID-19 영문 자료](#) 및 [COVID-19 번역 자료](#)

COVID-19 으로부터 호주인들을 보호하기 위해 호주 정부가 하는 일을 보시려면 [www.australia.gov.au](http://www.australia.gov.au) 을 방문하십시오.