

팬데믹 독감 (flu pandemic) 은 이런 것입니다

팬데믹 독감은 쉽고 빠르게 전세계 곳곳으로 퍼집니다.

최근 팬데믹 독감에 대한 이야기가 마스크를 장악했습니다. 팬데믹 독감은 20세기에 세 번이나 전세계를 휩쓸었습니다. 그 중 가장 치명적이었던 1918년 및 1919년의 '스페인독감'은 2천만 명 이상의 목숨을 앗아갔습니다.

공중위생 전문가들의 말에 따르면, 곧 또 다른 팬데믹 독감이 발발할 수 있다고 합니다. 그러나 우리가 잘 대비하면 이 질병에 걸리거나 죽는 사람의 수를 줄일 수 있다고 합니다.

팬데믹 독감은 계절성 독감처럼 재채기나 기침에 들어 있는 비말, 손 접촉 등을 통해 전염되므로, 기초적인 예방으로 전염을 크게 억제할 수 있습니다.

1. 팬데믹 (pandemic)이란 무엇인가?

팬데믹은 질병의 전염 범위를 나타냅니다. 쉽고 빠르게 전세계 곳곳으로 퍼져서 전염 지역 인구의 상당비율을 감염시키는 질병을 팬데믹, 즉 세계적 전염병이라고 합니다.

2. 팬데믹 독감은 어떻게 발발하는가?

독감을 일으키는 바이러스는 끊임없이 변화합니다. 일반적인 독감과 다른 새로운 독감 바이러스 변종이 나타날 때 팬데믹이 발발합니다. 사람들은 새로운 바이러스에 대한 면역이 없기 때문에, 이 바이러스는 빠른 속도로 퍼져서 수많은 사람을 감염시킬 수 있습니다. 흔히 포유동물이나 조류의 바이러스가 인간의 바이러스와 결합하여 새로운 바이러스가 생겨날 때 팬데믹 독감이 발발합니다.

3. 전염기란 무엇인가?

독감은 어떤 증상이 나타나기 24-48시간 전, 그리고 증상이 나타나고 나서 닷새 동안 전염될 수 있습니다. 즉, 자신이 감염되었다는 것을 모른 채 다른 사람에게 바이러스를 옮길 수 있는 것입니다.

4. 일반 독감과 팬데믹 독감의 차이점이 무엇인가?

팬데믹 독감은 계절성 독감과 매우 비슷하게 보일 수 있습니다. 사람들은 팬데믹 독감 바이러스에 대한 면역이 거의 또는 전혀 없기 때문에, 이 질병은 일반 독감보다 빨리 퍼질 수 있습니다.

증상은 발열, 두통, 온몸이 쑤시고 아픔, 피로, 코막힘, 재채기, 목아픔, 기침 등으로 둘 다 똑같습니다. 그러나 팬데믹 독감은 증세가 훨씬 더 심할 수 있으며, 건강한 젊은 성인처럼 계절성 독감에 잘 걸리지 않는 사람들도 감염됩니다. 이를테면 1918년 및 1919년에 유행한 팬데믹의 경우, 건강한 젊은 성인의 사망률이 가장 높았습니다.

일반 독감과 팬데믹 독감은 똑같은 경로로 전염됩니다. 독감 바이러스는 독감에 걸린 사람이 기침이나 재채기를 할 때 바이러스가 들어 있는 비말이 다른 사람의 코, 입, 또는 눈과 접촉함으로써 전염됩니다. 독감에 걸린 사람이 손에 대고 기침이나 재채기를 하고 나서 문고리 같은 것을 만져 감염시킴으로써 전염될 수도 있습니다. 이 감염된 물건을 다른 사람이 만지고, 그 손으로 얼굴을 만지면 감염될 수 있습니다.

온타리오 주 주민의 **35%**가
팬데믹 독감에 걸릴 수 있습니다.

팬데믹 독감의 특징은 다음과 같습니다.

일반 독감	팬데믹 독감
일반 독감은 해마다 발생한다.	팬데믹 독감은 1세기에 두세 번만 발발한다.
일반 독감은 보통 11월에서 4월까지 유행하다가 사라진다.	팬데믹 독감은 보통 몇 달 간격으로 두세 번에 걸쳐 유행하며, 한 번 유행할 때마다 2-3개월 동안 유행한다.
해마다 온타리오 주 주민의 약 10%가 일반 독감에 걸린다.	팬데믹 독감이 유행하면 온타리오 주 주민의 약 35%가 감염될 수 있다.
대부분의 경우 일반 독감에 걸리면 병을 앓지만, 보통 2주 내에 낫는다.	팬데믹 독감에 걸리는 사람들의 약 절반이 병을 앓는다. 대부분 낫지만 오래 걸릴 수 있으며, 죽는 사람도 있다.
일반 독감은 특히 유아나 노인, 고질적 질환이 있는 사람 등, 면역체계가 약한 사람들에게 무서운 병이다.	팬데믹 독감 바이러스의 종류에 따라 연령을 불문하고 중병에 걸릴 수 있다.
일반적인 독감철에 최고 2천 명의 온타리오 주 주민들이 폐렴 (pneumonia) 등의 합병증으로 사망한다.	팬데믹 독감이 유행하면 훨씬 더 많은 사람이 감염되고 훨씬 더 많이 죽을 수 있다.
사람들을 일반 독감으로부터 보호해주는 연례 접종 독감 주사가 있다.	팬데믹 독감에 대한 백신은 아직 없다. 백신 개발은 팬데믹 독감이 발발하고 나서 4-5개월 걸린다.
일반 독감을 치료할 수 있는 약이 있다.	일반 독감 치료제가 팬데믹 독감 치료에 도움이 될 수는 있지만 모든 사람이 쓰기에는 공급이 부족하며, 바이러스의 정체를 파악하기 전까지는 그 효과를 알 수 없다.

5. 온타리오 주도 감염될 수 있는가?

그렇습니다. 비행기로 세계 어디든지 갈 수 있는 오늘날, 팬데믹 독감은 온타리오 주뿐만 아니라 전세계 곳곳으로 퍼질 수 있습니다.

팬데믹 독감이 발발하면 곧바로 조치를 취함으로써 그 전염 속도를 늦추기 위해, 세계보건기구 (World Health Organization) 를 비롯하여 전세계 공중위생 전문가들이 어디선가 팬데믹 독감의 징후가 나타나지 않는지 촉각을 곤두세우고 있습니다.

6. 온타리오 주에 팬데믹 독감이 퍼지면 어떻게 되나?

팬데믹 독감 바이러스가 일단 온타리오 주에 침투하면 빠른 속도로 퍼질 것입니다. 많은 사람이 병을 앓을 것이고 의료기관들이 매우 바빠질 것입니다. 팬데믹 독감이 얼마나 널리 퍼지느냐에 따라 우리의 일상생활이 중단될 수도 있습니다. 이를테면,

회사들이 일부 업무를 중단해야 할 수도 있고, 시당국은 필수적인 서비스만 제공하게 될 수도 있습니다. 공중위생국은 독감 바이러스가 쉽게 퍼질 수 있는 콘서트나 스포츠 경기 등의 공공집회를 취소할 수도 있습니다. 학교를 닫을 수도 있습니다.

바이러스가 얼마나 독한 것인지 알기 전까지는 온타리오 주가 어떤 영향을 받을지 예측할 수 없습니다.

팬데믹 독감은 건강한 젊은 성인을 공격하여 목숨을 앗아갈 수 있습니다.

7. 누가 가장 위험한가?

우리 모두가 팬데믹 독감 바이러스에 감염될 수 있습니다. 팬데믹 독감에 대한 면역이 있는 온타리오 주 주민이 거의 없기 때문에, 팬데믹 독감은 일반 독감보다 빠른 속도로 퍼질 것입니다. 특히 유아나 노인이 중병에 걸리거나 목숨을 잃을 위험이 높을 수 있습니다.

하지만 누구나 조심해야 합니다. 1918년 및 1919년의 팬데믹 독감은 주로 20-30대의 젊은 성인을 감염시켜 목숨을 앗아갔습니다.

이 바이러스에 대해 더 자세히 알기 전까지는 누가 가장 위험한지 확실히 알 수 없습니다.

8. 얼마나 많은 사람이 병날까? 어떤 치료를 받아야 하나?

- 팬데믹 독감에 걸릴 가능성이 있는 35% 중, 약 절반이 병원에 가 봐야 할 것입니다. 나머지 절반은 팬데믹 독감에 대한 정보와 조언을 바탕으로 집에서 치료할 수 있습니다.
- 증세가 심할 경우에는 다른 사람들도 입원 치료를 받아야 할 수도 있습니다.

9. 팬데믹 독감 치료제는 언제 나오나?

독감을 치료할 수 있는 항바이러스제(antiviral)라는 약이 있지만, 이 약의 효과를 보려면 병이 나자마자 복용하기 시작해야 합니다. 증상이 나타나기 전에 복용해야 할 경우도 있습니다.

현재 온타리오 주는 적정량의 항바이러스제를 비축하고 있습니다.

팬데믹 독감의 경우, 특정 변종에 대해 더 자세히 알아야 우리가 비축하고 있는 항바이러스제가 효과가 있을지 없을지 알 수 있습니다. 치료할 수 있는 환자의 수는 당시 약품의 공급에 달려 있습니다.

10. 팬데믹 독감 백신은 언제 나오나?

과학자들이 일단 팬데믹 독감 바이러스를 분석하면 온타리오 주 주민들을 치료할 수 있는 백신을 생산할 수 있습니다.

독감 바이러스의 특정 변종에 대해 빨리 알아낼수록 독감의 전염을 예방할 수 있는 백신을 더 빨리 생산할 수 있습니다. 하지만 이것은 시간이 걸리는 일입니다. 우리의 최선의 방어는 팬데믹에 미리 대비하는 것입니다.

모든 독감 바이러스의 전염을 예방할 수 있는 최선책은 **손의 위생관리**입니다.

11. 팬데믹 독감으로부터 나와 우리 가족을 어떻게 보호할 수 있나?

팬데믹 독감이 온타리오 주에 퍼질 경우, 일반 독감으로부터 여러분과 여러분의 가족을 보호하는 방법과 똑같은 방법으로 감염 위험을 줄일 수 있습니다.

- 해마다 독감 주사를 맞으십시오. 독감 주사는 팬데믹 독감 바이러스를 막아주지는 못하지만, 팬데믹 독감에 대한 저항력이나 면역체계를 약화시킬 수 있는 일반 독감을 막아줍니다.
- 손을 비누로 자주 잘 씻으십시오. 손의 위생관리는 모든 독감 바이러스의 전염을 예방할 수 있는 최선책입니다.
- 알코올성 소독제(젤 또는 물티슈)를 집과 직장 및 자동차에 비치해 두십시오.
- 기침이나 재채기를 할 때에는 티슈로 입과 코를 막으십시오.
- 몸이 아플 때에는 집에 있으십시오.
- 바이러스가 쉽게 퍼질 수 있는, 사람이 많이 모이는 곳은 피하십시오.
- 꼭 필요하지 않은 외출은 삼가하십시오.
- 공중위생국의 지시를 따르십시오.

12. 보건당국은 우리를 팬데믹으로부터 보호하기 위해 뭘 하고 있는가?

보건부 수석의료관 (Chief Medical Officer of Health) 과 보건부 (Ministry of Health and Long-Term Care) 는 각지역 보건소, 1차 의료기관, 종합병원, 장기요양원, 자택치료 서비스 제공자 등 모든 부문의 보건 관계자들과 협력하여 팬데믹 독감에 대비하고 있습니다. 우리 목표는 팬데믹 독감의 전염을 억제하고 온타리오 주 주민들에게 필요한 보건 서비스를 제공하는 것입니다.

현재 우리는

- 온타리오 주 및 세계 전역의 독감을 주시 하고,
- 항바이러스제와 장비를 비축하고,
- 약품과 보호장비를 필요한 곳에 신속하게 공급할 수 있는 공급 체계를 구축하고,
- 의료 서비스를 제공할 수 있는 의료진 및 시설의 수를 최대화할 수 있도록 비상대책을 수립하고,
- 일반인과 의료기관을 위한 정보를 개발하고,
- 백신이 개발되는 대로 충분한 양을 공급할 수 있는 체제를 확립 하고 있습니다.

우리는 온타리오 주 주민들이 스스로와 가족을 보호하고 보살피는 방법에 관해 정기적으로 업데이트된 정보를 얻을 수 있는, 집중적이고 시의적절하며 정확한 통신 시스템을 구축했습니다.

팬데믹이나 온타리오 주의 팬데믹 대책에 관해 더 자세히 알고 싶으시면 www.health.gov.on.ca 를 방문하십시오.