

- **질병관리본부** 홈페이지 : <http://www.cdc.go.kr>
- **해외여행질병정보센터** 홈페이지 <http://travelinfo.cdc.go.kr>
 032) 740-2703, 051) 973-6525
 064) 746-7539, 051) 602-0683
 063) 462-4272, 043) 719-7142



해외여행질병정보센터 <http://travelinfo.cdc.go.kr>

건강하고 안전한 해외여행 준비하기



해외여행 전 건강관리

- ▶ 방문하는 국가의 감염병 정보를 충분히 알아보시기 바랍니다.

감염병 및 예방접종 정보

- 해외여행질병정보센터 <http://travelinfo.cdc.go.kr>
- 질병관리본부 <http://cdc.go.kr>
- 국립검역소 <http://nqs.cdc.go.kr>

- ▶ 출국 4~6주(최소 2주) 전에 보건소 또는 종합병원(감염내과, 여행자 클리닉)을 방문하여 상담 및 필요한 예방접종(예방약)*을 받으시기 바랍니다.

- * 여행전 권장 예방접종(예방약) : 황열, 말라리아(예방약), 장티푸스, 파상풍(성인용), A형간염, 수막구균성 뇌수막염 등
- * MMR, DPT, 인플루엔자, 수두, 폴리오 등 기본 예방접종을 받지 않은 경우 접종반도 록 합니다.

- ▶ 소아, 임신부, 65세 이상 노인, 만성질환자는 특별한 주의가 필요하며 접종이 불가한 백신이 있으므로 반드시 전문의와 상담을 하는 것이 좋습니다.

- ▶ 지사제(설사약), 소화제, 멀미약, 반창고, 물파스 등 간단한 비상약을 준비하시기 바랍니다.



해외여행 중 건강안전수칙

- ▶ 외출 후 또는 식사 전에 반드시 손을 깨끗이 씻기
- ▶ 모든 음식물은 완전히 익혀서 먹기
- ▶ 반드시 끓인 물 또는 생수, 탄산수 마시기
- ▶ 길거리 음식, 얼음 등 비위생적인 음식 피하기
- ▶ 모기에 물리지 않도록 곤충기피제 사용, 외출 시 긴 소매, 긴 바지, 모자 착용
- ▶ 여행 중 고열, 설사, 구토 등의 증상이 나타나면 현지 의료기관 방문하여 상담 및 치료 받기
 - ※ 설사할 경우, 충분한 수분 섭취 필요
- ▶ 개, 가금류(닭, 오리 등), 낙타 등 동물과 접촉하지 않기
 - ※ 야생동물과 접촉이 예상되는 경우 출국 전 공수병(광견병) 예방접종 상담을 받는 것이 좋습니다.
- ▶ 만약 동물에게 물리거나 긁혔다면 비누와 물로 상처부위를 깨끗이 씻고 즉시 병원 방문하기





해외여행 후 이상증상이 나타나면?

1. 귀국 시 공항에서

- ▶ 발열, 설사, 구토 등의 증상이 있을 경우 건강상태질문서에 성실히 기재하고 공·항만 국립검역소 검역관에게 꼭 신고하기

2. 귀국 후

- ▶ 수일~수개월 안에 고열, 설사, 구토 등과 같은 증상이 나타나면 가까운 보건소나 종합병원(감염내과)을 즉시 방문하여 최근 여행한 국가를 알리고 진료받기

※ 대부분의 감염병은 귀국 후 12주 이내에 증상을 보이지만 말라리아와 같은 일부 감염병은 6~12개월 이후에 발병하기도 함



대륙별 주의해야 할 감염병

대륙		백신(예방약)으로 예방가능한 감염병		예방백신(예방약)이 없는 감염병
		필수	권장	
아프리카	서 아프리카 동 아프리카 중 아프리카	황열	말라리아(예방약), 장티푸스, A형간염, 파상풍, 폴리오, 수막구균성 뇌수막염	뎅기열, 에볼라출혈열
	남·북부 아프리카			
아메리카	남 미	황열	말라리아(예방약), 장티푸스, A형간염, 파상풍	뎅기열
	북 미		장티푸스, 파상풍	
	중 미	황열	말라리아(예방약), 장티푸스, A형간염, 파상풍	뎅기열
아시아	동아시아 남아시아 동남아시아		말라리아(예방약), 장티푸스, A형간염, 파상풍, 폴리오	동물(조류)인플루엔자, 인체감염증(H5N1, H7N9), 뎅기열
	중 동		말라리아(예방약), 장티푸스, A형간염, 파상풍, 수막구균성 뇌수막염(메카 순례자), 폴리오	중동호흡기 증후군

※ 국가마다 권장되는 예방접종이 다르므로 전문가에게 상담을 받으십시오.





주의해야 할 감염병 I

백신(예방약)으로 예방가능한 감염병

황열

전파경로

- 바이러스에 감염된 모기에 물려 생기며, 사람간 전파 없음 (잠복기 3~6일)

증상

- 고열, 오한, 근육통, 황달, 출혈 등

예방요령

- 황열 위험국가 여행객은 황열 예방접종 실시
 - * 항체 형성 기간이 필요하므로 최소 출국 10일 전까지 예방접종 받고, 국제공인 예방접종 증명서 발급받기(1회 접종, 10년 유효)
- 모기에 물리지 않도록 주의
 - * 모기장, 곤충기피제, 보호복(긴 소매, 긴 바지, 모자 등) 착용

예방접종 기관

- 전국 13개 국립검역소 및 국립중앙의료원, 분당 서울대병원, 충남대학교 병원



말라리아

전파경로

- 열열충에 감염된 모기에 물려 생기며, 사람간 전파 없음
- 잠복기 : 열대열 말라리아(평균 12일), 삼일열 말라리아(평균 14일, 잠잠복기 6~12개월)
 - * 열대열 말라리아는 귀국 후 3개월, 삼일열 말라리아는 1년 후 까지 발병 가능

증상 : 주기적으로 고열, 오한, 두통, 구역, 설사 등

예방요령

- 말라리아 위험국가 여행객은 예방약 복용
- 모기에 물리지 않도록 주의하는 것이 중요
 - * 모기장, 곤충기피제, 보호복(긴 소매, 긴 바지, 모자 등) 착용

예방약 처방 기관 : 가까운 보건소 또는 종합병원(감내과)

* 보건소는 미리 사전 문의 후 방문 권고

장티푸스

전파경로 : 오염된 음식과 물을 통해 감염

증상 : 고열, 두통, 피로, 식욕부진 등

예방요령

- 장티푸스 예방접종 받기
 - * 지속적으로 위험지역 방문할 경우 2년마다 재접종 필요
- 오염된 물, 음식 주의하기
- 손 씻기 등 개인위생 철저히 하기

예방접종 기관 : 종합병원, 병원



주의해야 할 감염병 I

A형간염

- **전파경로** : 오염된 음식과 물을 통해 감염되거나, 분변이나 입을 통해서 전파가능
- **증상** : 발열, 피로, 식욕부진, 복통, 구역, 구토, 황달 등
- **예방요령**
 - A형 간염 예방접종 받기(2회 접종 필요)
 - 오염된 물, 음식 주의하기
 - 손 씻기 등 개인위생 철저히 하기
- **예방접종 기관** : 종합병원, 병의원

콜레라

- **전파경로** : 오염된 식수, 음식물, 과일, 채소, 어패류에 의해 감염
- **증상** : 쌀뜨물 같은 심한 설사, 구토 등
- **예방요령**
 - 예방접종 및 손 씻기 등 개인위생 철저히 하기
 - 오염된 물, 음식 주의하기
- **예방접종 기관** : 전국 13개 국립검역소(주사용), 종합병원(경우용)

파상풍

- **전파경로** : 흙, 먼지, 동물의 대변 등에 포함된 파상풍의 포자가 피부의 상처를 통해 침투하여 전파됨
- **증상** : 골격근의 경직과 더불어 근육수축(입주위 근육 수축)
- **예방요령**
 - 파상풍 예방접종 받기
 - * 파상풍 접종력이 있는 경우 10년마다 재접종
- **예방접종 기관** : 종합병원, 병의원

수막구균성 뇌수막염

- **전파경로** : 비말감염, 환자, 병원체 보유자의 호흡기 분비물과 직접 접촉으로 전파
- **증상** : 인두염, 발열, 근육통, 전신 쇠약 등
- **예방요령**
 - 수막구균성 뇌수막염 예방접종 받기
 - * 사우디아라비아 성지 순례, 중부 아프리카 여행, 미국 유학 등
- **예방접종 기관** : 종합병원, 병의원





주의해야 할 감염병 I

● 공수병(광견병)

- **전파경로** : 바이러스에 감염된 야생동물(개, 고양이, 원숭이, 박쥐 등)에 물려서 감염됨
- **증상** : 발열, 두통, 권태감, 물린 부위 감각이상 등
- **예방요령** : 야생 동물 등에게 물리거나 핏자국 닿지 않도록 주의
* 잠복기(1~3달)가 길기 때문에 물린 뒤 백신 접종해도 치료가능
- **예방백신 문의** : 국립중앙의료원, 한국희귀의약품센터, 종합병원(감염내과)
* 종합병원 방문(처방전 발행)→한국희귀의약품센터 방문(백신 구매)→종합병원 재방문(접종)

● 폴리오(소아마비)

- **전파경로** : 감염된 환자의 분변이나 입을 통해서 전파가능
- **증상** : 발열, 권태감, 인후통, 근육통, 두통 등(심하면 마비증상)
- **예방요령**
 - 폴리오 예방접종(IPV) 받기(생후 2, 4, 6개월(기본), 만4~6세(추가))
 - * 기본접종 받은 성인도 위험국가를 방문할 경우 추가 1회 접종 권고
 - 손 씻기 등 개인위생 철저히 하기
- **예방접종 기관** : 종합병원, 병의원



주의해야 할 감염병 II

예방백신(예방약)이 없는 감염병

● 뎅기열

- **전파경로** : 바이러스에 감염된 모기에 물려 생기며, 사람간 전파 없음(잠복기 3~8일)
- **증상** : 갑작스런 고열, 두통, 근육통, 관절통, 발진 등
- **예방요령**
 - 모기에 물리지 않도록 주의하는 것이 중요함
 - * 모기장, 곤충기피제, 보호복(긴 소매, 긴 바지, 모자 등) 착용

● 세균성 이질

- **전파경로** : 오염된 물이나 식품을 통하여 감염됨
- **증상** : 고열, 구토, 복통, 설사 등
- **예방요령**
 - 오염된 물, 음식 주의하기
 - 손 씻기 등 개인위생 철저히 하기





주의해야 할 감염병 II

● 에볼라출혈열

- **전파경로** : 감염된 사람의 체액, 분비물, 혈액 등과의 직접 접촉, 감염된 침팬지, 고릴라 등 동물과의 접촉 등
 - **증상** : 발열, 오한, 두통, 식욕부진, 근육통, 오심, 구토, 복통, 설사
 - **예방요령**
 - 손 씻기 등 개인위생 철저히 하기
 - 환자 발생시 환자의 체액, 가검물 접촉 금지
 - 동물 사체 접촉 금지
- * 주요 발생국가 : 기니, 라이베리아, 콩고민주공화국, 가봉, 수단 등



● 조류인플루엔자 인체감염증

- **전파경로** : 바이러스에 감염된 가금류 또는 조류 배설 및 분비물에 오염된 음식 등 접촉(잠복기 7일)
 - **증상** : 고열, 기침, 인후통 등 감기 유사증상
 - **예방요령**
 - 조류 접촉 및 가금류(닭, 오리) 농장 출입 자제
 - 고기는 가급적 완전히 익혀서 먹기
 - 손 씻기 등 개인위생 철저히 하기
- * 주요 발생국가 : 중국, 캄보디아, 베트남 등

● 중동호흡기증후군(MERS)

- **전파경로** : 명확한 감염원 · 전파경로 알 수 없음 (잠복기 평균 5일(2~14일))
 - **증상** : 발열을 동반한 호흡기 증상(기침, 호흡곤란, 폐렴 등), 급성 신부전 등
 - **예방요령**
 - 호흡기 증상을 보이는 환자, 동물(특히, 낙타)과의 접촉하지 않기
 - 손 씻기 등 개인위생 철저히 하기
- * 주요 발생국가 : 사우디아라비아, 아랍에미리트 등 중동 국가



해외여행질병정보센터

홈페이지 & 어플리케이션(App)

해외여행질병정보센터 홈페이지
(<http://travelinfo.cdc.go.kr>)

자세한 내용은
해외여행질병정보센터
홈페이지에서 확인 가능합니다.



질병관리본부 mini App(해외여행 건강도우미)



아이폰용



안드로이드용



국립검역소 문의처(황열 예방접종 및 예방접종 상담 등)

국립인천공항검역소	☎ 032) 740-2700, 2703
국립부산검역소	☎ 051) 602-0683
국립인천검역소	☎ 032) 883-7503
국립군산검역소	☎ 063) 445-4239
국립목포검역소	☎ 061) 244-0941
국립여수검역소	☎ 061) 665-2367
국립마산검역소	☎ 055) 981-5322
국립김해검역소	☎ 051) 973-6525
국립통영검역소	☎ 055) 645-3579
국립울산검역소	☎ 052) 255-4503
국립포항검역소	☎ 054) 246-8545
국립동해검역소	☎ 033) 535-6023
국립제주검역소	☎ 064) 746-7530

국제공인 예방접종기관 문의처(황열 예방접종 및 예방접종 상담 등)

국립중앙의료원(해외여행클리닉)	☎ 02) 2262-4741
분당서울대병원(감염내과)	☎ 1588-3369
충남대병원(감염내과)	☎ 042) 280-7114