

내 증상을 말해요! 읽기 쉬운 온열질환 예방과 대처

- 그림·상징·쉬운 문장을 활용하여 폭염 시 행동요령과 온열질환 주요 증상을 쉽게 이해할 수 있도록 제작한 홍보물 배포
- 특히 의사소통에 어려움이 있는 사람과 발달장애인 등이 증상을 표현하고 필요한 도움을 받을 수 있도록 제작

질병관리청(청장 임승관)은 여름철 폭염으로 인한 건강피해를 예방하고 의사소통이 어려운 사람들의 건강정보 접근성을 높이기 위해 보완대체의사소통(AAC) 상징을 활용한 읽기 쉬운 온열질환 예방 홍보물(의사소통 포스터, 리플릿)을 배포한다.

* AAC(Augmentative and Alternative Communication, 보완대체의사소통): 말이나 글로 의사소통이 어려운 사람의 의사표현과 이해를 돕기 위해 그림, 사진, 상징, 문자 등을 활용하는 의사소통 방법



<보완대체의사소통 상징을 활용한 온열질환 증상>

이번 홍보물은 그림과 상징, 쉬운 문장을 활용하여 폭염 시 행동요령과 온열질환 주요 증상 등을 누구나 쉽게 이해할 수 있도록 제작하였다. 특히 발달장애인 등 의사소통이나 정보 접근에 어려움이 있는 사람이 자신의 증상을 표현하고 필요한 도움을 받을 수 있도록 하는 데 중점을 두었다.

또한, 홍보물의 내용과 표현이 실제 사용자의 특성을 반영할 수 있도록 보완대체의사소통(AAC) 분야 전문가의 자문과 의사소통에 어려움이 있는 장애인 당사자의 감수를 거쳐 내용의 적절성과 현장 활용성을 높였다.

홍보물에는 기존에 제공한 ▲온열질환 예방 건강수칙, ▲보호자용 온열질환 예방 건강수칙, ▲온열질환 의심 증상 및 대처방법을 그림과 쉬운 문장으로 담았다. 여기에 이용자가 온열질환 증상과 그 정도를 손으로 가리키거나 시선으로 선택해 표현할 수 있는 내용을 추가로 담았다.

홍보물은 포스터와 리플릿 형태로 제작하여 시·도, 보건소 등 유관기관에 배포하고, 질병관리청 누리집*을 통해 누구나 내려받아 활용할 수 있도록 하였다.

* 질병관리청(www.kdca.go.kr) > 알림자료 > 홍보자료 > 홍보지 > 내 증상을 말해요 온열질환 예방과 대처

임승관 질병관리청장은 "폭염은 누구에게나 위협하지만, 특히 의사소통에 어려움이 있는 분들은 적절한 도움을 받기 어려울 수 있다"라며, "본인과 가족, 돌봄 제공자 모두가 이번 홍보물을 활용하여 온열질환 증상을 적절히 표현하고 예방수칙을 실천하여 건강한 여름을 보내고, 이상 증상이 나타날 경우 신속히 대응해 주시길 바란다"라고 밝혔다.

- <붙임> 1. 온열질환 예방과 대처를 위한 의사소통 포스터
2. 온열질환 예방과 대처 리플릿

담당 부서	건강위해대응관 기후보건·건강위해대비과	책임자	과 장 안윤진	043-219-2950
		담당자	사 무 관 안대식	043-219-2951
			선임연구원 정은지	043-219-2957



온열질환이란?

온열질환은 **더위 때문에 몸이 아픈** 것입니다.
어지럽거나 힘이 없고, 심하면 쓰러질 수 있습니다.
간단한 약속을 지키고 몸의 이상을 빨리 알아차리면
건강한 여름을 보낼 수 있습니다.



손이나 눈으로 알려주세요

온열질환 증상 표현해요

☀ 더운 날씨에는 몸이 이렇게 아파요

온열질환 증상



머리가 아파요



땀이 나요



어지러워요



몸이 아파요(근육통)



몸이 춥고 떨려요



혈압이 낮아요



쥐가 나요



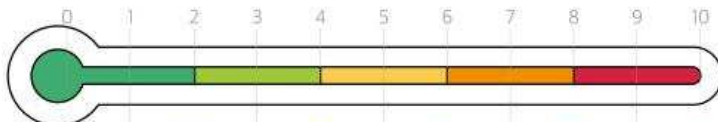
토해요



몸이 피로해요

☀ 얼마나 아파요?

증상 정도



아프지
않아요



조금
아파요



아파요



많이
아파요



매우
아파요



최악의
통증이에요



질병관리청

온열질환이란?

온열질환은 **더위 때문에 몸이 아픈 것**입니다.
어지럽거나 힘이 없고, 심하면 쓰러질 수 있습니다.
간단한 약속을 지키고 몸의 이상을 빨리 알아차리면
건강한 여름을 보낼 수 있습니다.



손이나 눈으로 알려주세요

온열질환을 예방해요

☀️ 더운 날씨에는 이렇게 행동해요



에어컨을 켜요



물을 마셔요



쉬어요

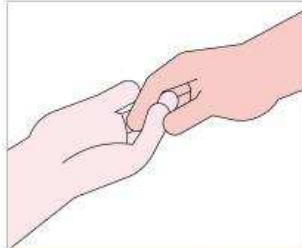


바깥활동 조심하세요



양산을 사용해요

* 양산은 햇빛을 막아주는 우산입니다



아프면
도움을 요청해요

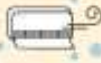
 질병관리청

온열질환이란?

온열질환은 **더위 때문에 몸이 아픈 것**입니다.
어지럽거나 힘이 없고, 심하면 쓰러질 수 있습니다.
간단한 약속을 지키고 몸의 이상을 빨리 알아차리면 건강한 여름을 보낼 수 있습니다.



● 온열질환 이겨내기



시원하게 자요



물 자주 마세요



더위에
바깥활동을 줄게 해요



갑작스런 공기에 혼자 있지 않고
간자가 도움이 필요할 때
연락할 사람의 **전화번호**를
꼭 알려주세요



힘들어 사물을 때릴 때
뜨거운 부분을 조심하고
화상을 주의해요



더운 날씨에 아프면
어디가 아픈지
확인하고 표현해요
(~ 4페이지 이후)

● 온열질환 이겨내기

● 보호자를



시원하게 자도록
꼭 도와주세요



더위 노출 이후
어떤 증상 **확인**하냐
조식스스로 구급할 경우
행동지침을 꼭 지켜주세요
(~ 4페이지 이후)



간급조치가 가능하도록
비상연락처를 유지하기



온열질환 예방
건강수칙 **꼭** 알려주기
(~ 4페이지 이후)

내 증상을 알아해요!

온열질환
예방과 대처



* 본 리플릿은 온열질환 발생 시 자신의 증상을 확인하고 적절한 대처 방법을
알릴 수 있도록 제작되었으며, 일부 페이지에는 보건복지부(112)와
상당할 것을 안내합니다.

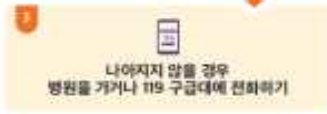
질병관리청



온열질환 발생 시 응급조치 방법

● 의식이 있는 경우

● 눈을 뜨고 말할 수 있는 경우



● 의식이 없는 경우



* 의식이 없을 경우 물喂려주지 마세요

온열질환 증상 표현해요

● 온열질환 증상

● 더운 날씨에는 몸이 어떻게 아파요



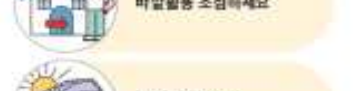
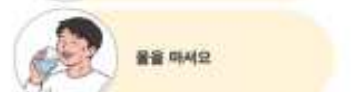
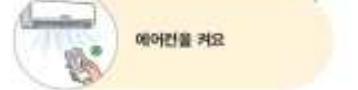
● 증상 정도

● 얼마나 아파요?



온열질환을 예방해요

● 더운 날씨에는 이렇게 행동해요



* 망산의 방향을 지켜주는 것이 중요합니다

