

15~30세 사이신가요?

그렇다면, 홍역 예방 접종을 받으셔야 할 수 있습니다

홍역은 증상이 매우 심해질 수 있는 심각한 질병이며, COVID-19(코로나19)보다 약 8배 빠르게 퍼질 정도로 전염성도 매우 높습니다. 예방 접종을 받는 것은 본인과 가족을 보호하고 지역사회에 홍역이 퍼지는 것을 막는 가장 좋은 방법입니다.

홍역으로부터 자신을 보호하세요. 예방 접종은 간단하며 무료입니다

만약 보건의로 전문가가 무료 홍역 예방 접종을 권한다면 접종받겠다고 말하세요.

담당 일반의(GP)에게 홍역 예방 접종을 요청하실 수 있습니다. 접종은 무료입니다.

16세 이상이면 일부 약국에서도 무료 예방 접종을 받을 수 있습니다. 지역 약국에서 홍역·유행성이하선염·풍진(MMR) 예방 접종을 제공하는지 확인하세요. 제공하는 경우, 예약할 필요 없이 그냥 가서서 접종받으시면 됩니다. 약사가 약국 내 별도의 장소로 안내하여 접종해드릴 것입니다.

홍역 예방 접종은 MMR이라고 불리며 홍역, 유행성이하선염, 풍진으로부터 여러분을 보호합니다.

이미 홍역 예방 접종을 받았는지 잘 모르시겠나요?

현재 15~30세 사이의 많은 사람들이 어렸을 때 완전한 예방 접종을 받지 않았으며, 이로 인해 홍역에 감염되어 전파자가 될 위험이 있습니다.

본인이 어렸을 때 MMR 백신을 두 번 접종했는지 부모님, 보호자 또는 담당 의사에게 물어보세요.

접종 여부를 모르겠다면, 예방 접종을 받는 것이 최선입니다. MMR 백신은 추가로 접종받아도 안전합니다.

예방 접종을 받아야 하는 이유는 여러 가지입니다

- 홍역에 걸리면 통증이 매우 심할 수 있습니다
경우에 따라 폐렴, 발작, 뇌부종 같은 합병증으로 이어지거나 심지어 사망할 수도 있습니다.
- 본인이 홍역에 걸리면 주변인을 감염시킬 수 있습니다
특히 너무 어리거나 면역체계에 영향을 미치는 질병 때문에 아예 MMR 예방 접종을 받을 수 없는 주변인들에게는 치명적일 수 있습니다. 즉, 예방 접종을 받는다는 것은 본인뿐 아니라 홍역 감염 가능성에 가장 취약한 사람들을 보호한다는 의미도 갖습니다.

임신 중에 홍역에 걸리면* 태아에게 영향을 미칠 수 있습니다

태아가 저체중이 될 수 있고, 조기 진통이 올 수도 있으므로, 태어날 아기의 건강에 평생 영향을 미칠 수 있습니다.

** 임신 중에는 MMR 백신을 접종받을 수 없습니다.*

- 직장인은 소득이 감소하고 아이들은 학습에 지장을 받거나 마음껏 뛰놀 기회를 잃을 수 있습니다
MMR 예방 접종을 받지 않은 상태로 홍역에 걸린 사람과 같은 공간에 머물렀다면, 최대 2주 동안 격리에 들어가게 됩니다. 이는 홍역에 걸리지 않았는지 확인함과 동시에 전염병 확산 가능성을 차단하기 위한 조치입니다.

- **근래 홍역 감염 확산 사태가 일어났던 적이 있습니다**
2019년 뉴질랜드에서는 **2,000명 이상이 홍역에 걸렸으며**, 이 가운데 **700명이** 병원 치료를 받아야 했습니다. 특히 마오리족과 태평양 섬 주민이 크게 영향을 받았습니다. 집단적인 면역(집단 면역) 효과를 통해 감염병 유행을 막아내려면 특정 사회의 백신 접종률이 **95%** 이상이 되어야 합니다.

- **항공 여행이 빈번한 오늘날, 홍역은 쉽게 전파될 수 있습니다**
홍역은 아직도 많은 국가에서 흔히 유행하는 질병이며, 자신도 모르게 감염된 사람들이 뉴질랜드로 입국할 경우, 홍역이 전파될 수 있습니다. 물론, 특정 국가로 여행하는 경우에도 감염 위험에 노출될 수 있습니다.

MMR 예방 접종은 체내에서 홍역과 싸우는 항체를 생성함으로써 면역력을 갖게 합니다

MMR 백신은 팔 윗부분에 주사로 접종하게 되며, MMR 백신을 접종한 사람이 홍역 바이러스에 다시 접촉하게 되면 인체의 면역 체계는 홍역 바이러스와 싸우게 됩니다. 즉 예방 접종을 하면, 본인과 주변 사람들이 홍역에 걸리거나 홍역이 퍼지는 것을 막을 수 있습니다.

백신에는 어떤 성분이 들어가 있나요?

MMR 백신에는 아주 적은 양의 약화된 홍역, 유행성이하선염, 풍진 바이러스가 들어 있으며, 인체에 투입되면 면역체계를 자극하여 해당 세균과 싸울 항체를 만듭니다.

백신에는 안정성을 위해 몇 가지 다른 성분이 포함되지만, 극히 소량이 포함될 뿐이며, 해당 성분은 일반적인 식음료에도 사용됩니다.

MMR 백신은 높은 안전성을 입증받은 백신으로

뉴질랜드에서는 지난 1990년부터 사용되어 왔습니다. MMR 백신은 매우 효과적이어서 1차 접종 시 95%, 2차 접종 시 99% 이상의 홍역 예방 효과가 있는 것으로 나타났습니다.

극소수의 사람들은 완전 접종을 받아도 홍역에 걸릴 수 있으나, 보통 예방 접종을 받지 않은 사람들보다 훨씬 가볍게 앓고 지나가는 것으로 나타났습니다.

접종자 10명 중 1명 미만이 접종 후 5~12일 사이에 미열, 발진 또는 림프절 종창과 같은 가벼운 이상 증상을 보일 수 있습니다.

그밖에 나타날 수 있는 미약한 증상(보통 접종 후 1~2일 이내 발생)은 다음과 같습니다.

- 두통
- 미열(열이 오르는 느낌)
- 메스꺼움(통증)
- 기절 또는 기절할 것 같은 느낌(이를 방지하기 위해 접종에 앞서 식사 권장)
- 전반적으로 저조한 컨디션.

MMR 백신 부작용을 겪을 확률은 극히 낮으며, 부작용이 있을 경우 이는 접종 후 20분 내에 나타나게 됩니다. 바로 이런 이유로 접종을 마치고 20분 동안은 가만히 있으시라는 요청을 받으시게 됩니다. 만약 심각한 알레르기 반응이 일어난다면, 백신을 접종해준 의료보건의 인력이 효과적으로 치료할 수 있습니다.

이 경우, 담당의, 간호사 또는 약사가 가능성 있는 알레르기 반응에 대해 설명해줄 것입니다.

드물게 예방 접종을 받을 수 없는 사람들이 있습니다. 만일 과거 백신에 심각한 부작용을 보인 적이 있거나, 현재 암 또는 기타 중병으로 치료받고 있거나, 작년에 수혈을 받은 적이 있다면, 보건 의료 전문가와 상담하시기 바랍니다. 임신 중에는 MMR 백신을 접종받을 수 없습니다.

일부 국가에서는 홍역과 풍진 예방 접종만 실시합니다. 따라서 외국에서 홍역과 풍진 백신만 맞았다면, 뉴질랜드에서 제공되는 무료 MMR 백신을 접종하여 유행성이하선염으로부터도 보호받으시기 바랍니다.

유행성이하선염에 걸릴 경우, 귀밑 이하선(침샘) 부위가 붓게 되며, 10명 중 1명꼴로 뇌수막염 증상을 일으킬 수 있습니다.

자세한 정보를 찾으시나요?

ProtectAgainstMeasles.org.nz 사이트를 방문하여 상세한 내용을 확인하실 수 있습니다.



PROTECT
AGAINST
MEASLES
.org.nz