

# 15~30세 사이신가요? 그렇다면, 홍역 예방 접종을 받으셔야 할 수 있습니다

홍역은 중증의 증상을 동반할 수 있는 심각한 질병입니다. 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 가셔서 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