



# 환자분은 코로나-19 검사 결과가 양성으로 나왔습니다.

퇴원하는 환자를 위한 퇴원 설명서

You Have COVID-19 with a Positive Test

Discharge Instructions for people returning home (Korean)

---

환자분은 호흡기 감염 가능성이 있는 증상 및/혹은 코로나-19 에 대한 우려 때문에 미시간 메디슨 (Michigan Medicine)에 오셨습니다. 환자분의 코로나-19 검사 결과는 양성입니다. 저희는 환자분이 거주하고 계시는 카운티의 보건부에 통보하였습니다. 추후 치료에 관한 결정을 하는데 있어 보건부에서 도움을 줄 수 있습니다.

You presented to Michigan Medicine with symptoms of a possible respiratory infection and/or concern for COVID-19. Your COVID-19 test is **positive**. We have notified the Department of Health of your county of residence, who may help you make further decisions about your care.

코로나-19 에 걸려 앓는 대부분의 사람들은 집에서 회복할 수 있습니다. Most people who are ill with COVID-19 are able to recover at home.

## 집에서 제 자신을 어떻게 잘 돌볼 수 있습니까? How should I care for myself at home?

자가 격리를 계속 하십시오. 의료 서비스가 필요할 때만 집에서 나오십시오. 공공 장소에는 가지 마시고 외출 전이나, 가는 도중, 그리고 돌아올 때 다른 사람들에게 노출될 수 있는 교통 수단을 피하십시오. 집에서는 다른 사람들과 동물로부터 멀리 떨어져 있고, 특정 방에 머물러 계십시오.

**Remain in self-isolation.** Leave home only if seeking medical care. Do not go into the public and avoid transportation where others could be exposed to you before, during or after the trip. Stay in a specific room at your home, away from other people and animals.

**자기 자신을 돌보고, 증세를 살피고, 필요하면 도움을 청하십시오.** 수분 섭취, 아세트아미노펜 또는 시중에서 판매되는 다른 의약품 등으로 보조 치료를 계속하십시오. 손을 자주 씻으십시오. 긴급한 증세가 나타날 경우, 911 에 전화하거나 지역 응급실로 가십시오.

**Care for yourself, monitor symptoms, seek help if needed.** Continue supportive care with fluids, acetaminophen, or other over the counter medications. Wash your hands often. Call 911 or go to the local emergency department if emergent symptoms should develop.

**퇴원 후 100.4 도 이상의 발열 (체온)이 5 일 이상 지속되고, 다음 중 어떠한 증상이라도 있을 경우에는 의학적 조언을 구하기 위해 미시간 메디슨 (Michigan Medicine) 734-763-6336 으로 전화하십시오:**

- 악화되는 기침
- 새롭게 나타나거나 악화되는 숨참

**Call Michigan Medicine at 734-763-6336 for medical advice if you have a fever (temperature) of more than 100.4 that has lasted longer than 5 days after discharge and any of the following:**

- worsening cough
- new or worsening shortness of breath

7 일 혹은 그 이상 동안 기침을 하거나, 숨참이 새롭게 나타나거나 악화되고 있다면 담당 주치의에게 전화하십시오.

**다음과 같은 응급 경고의 징후가 나타나면 즉시 진료를 받으십시오\***

Internal Medicine

You Have COVID-19: Discharge Instructions for People Returning Home (Korean)

- 호흡 곤란
- 지속적인 가슴 통증이나 압박감
- 새로운 정신적 혼란 증상
- 잠에서 깨어나지 못하거나, 깨어있는 상태 유지가 불가능
- 푸르스름한 입술이나 얼굴

\*이 목록은 모든 증상이 포함된 것은 아닙니다. 이외의 다른 심각한 증상이 나타나면 담당 의료진과 상담하십시오.

Call your primary care provider if you have a cough or new or worsening shortness of breath for 7 days or more.

**Seek Medical Attention immediately** if you have any of the following emergency warning signs\*

- Trouble breathing
- Persistent pain or pressure in the chest
- New confusion
- Inability to arouse
- Bluish lips or face

\*This list is not all-inclusive. Please consult your medical provider for any other symptoms that are severe.

## 저는 언제 자가 격리를 중단할 수 있습니까?

### When can I leave self-isolation?

다음 **모든** 사항이 발생했을 경우에는 자가 격리를 중단할 수 있습니다:

- 증상이 처음 나타나고 적어도 10 일이 경과했을 경우 **그리고**
- 마지막 발열 이후, 해열제 복용없이 최소한 24 시간이 지난 경우 **그리고**
- 증상 (예를 들어, 기침, 숨참)이 호전되었을 경우

현재 저희는 환자 상태가 외래 진료로 전환될 정도로 호전되었을 경우에, 감염 “해제” 확인을 위한 두 번째 검사를 권하지 않습니다.

You may leave self-isolation if **all** of the following have occurred:

- At least 10 days have passed since symptoms first appeared **and**
- At least 24 hours have passed since last fever without the use of fever-reducing medications **and**
- Symptoms (e.g., cough, shortness of breath) have improved

We do not currently recommend a second test for “clearance” of the infection for patients that are well enough to be in the ambulatory setting.

증상이 없는 경우에는, 검사를 받은 날로 부터 10 일 후에 자가 격리를 중단할 수 있습니다.

If you do not have symptoms, you may leave self-isolation after 10 days have passed since the test.

환자분의 집에서의 적절한 자가 격리 기간을 의논하기 위하여 지역 보건부에서 연락을 취할 수 있습니다.

Your local Health Department may contact you to discuss the appropriate duration of your home self-isolation.

다음과 같은 건강 상태의 사람들은 20 일간의 자가 격리를 권고합니다.

- 활성 암
- 골수 혹은 장기 이식
- 에이즈 바이러스 감염
- 면역 억제 약물 복용중

이런 건강 상태들은 면역 체계를 약화시키기 때문에 보다 긴 격리 기간이 요구됩니다.

We recommend that people with the following conditions self-isolate for 20 days:

- active cancer
- bone marrow or organ transplant
- HIV infection
- taking immunosuppressive medications

The longer isolation period is required because these conditions compromise the immune system.

## **다른 사람들이 저와 밀접한 접촉을 했을 경우에는 어떻게 해야 합니까?**

### **What should I do if others have been in close contact with me?**

아직까지도 통보하지 않았다면, 밀접 접촉자들에게 바이러스에 노출되었을 수도 있다는 사실을 알려주세요. 밀접한 접촉이란:

- 얼굴 가리개를 착용했거나 하지 않고 적어도 15 분 동안 6 피트 이내에 있었던 사람.
- 신체적 접촉을 한 사람. 예를 들어, 포옹을 하거나 식사 도구 혹은 음료수를 공유한 사람.

If you haven't done so already, notify your close contacts that they may have been exposed. A close contact is:

- Someone who has been within 6 feet of you for at least 15 total minutes with or without a face covering.
- Anyone you had physical contact with, such as hugging or sharing eating utensils or drinks.

보통 코로나 바이러스 증상이 나타나기 2 일 전, 그리고 무증상일 경우에는 양성 판정을 받기 2 일 전부터 전염성이 있다고 간주됩니다.

A person is considered contagious 2 days before their symptoms start or before their positive test if they do not have symptoms.

일반적으로, 밀접 접촉자는 확진자와 마지막으로 밀접한 접촉을 한 때부터 14 일 동안 자가 격리를 해야 합니다.

- 해당 지역 보건부에서는 7-10 일간의 단축된 자가 격리 기간을 권고할 수 있습니다.
- 다른 사람과 계속 밀접한 접촉을 하고 있는 경우에는, 보다 긴 자가 격리 기간이 필요할 수도 있습니다 (예를 들어, 가족의 일원).

In general, close contacts should quarantine for 14 days from the last time they had close contact with you.

- A shorter quarantine period of 7-10 days may be recommended by their local health department.
- A longer quarantine period may be needed if they have ongoing close contact with someone (e.g., a member of their household).

격리에 관한 추가 정보는 다음에서 찾아보실 수 있습니다:

<https://www.cdc.gov/coronavirus/>

→ **몸이 아프면 (If you are sick)** 을 클릭하신 후: **언제 자가 격리를 해야 하나까?**

**(When to Quarantine)**에 또 클릭하십시오.

Additional information about quarantine can be found at:

<https://www.cdc.gov/coronavirus/>

→ Click on: **If you are sick** and then on: **When to Quarantine**

## 어디에서 추가 정보를 얻을 수 있습니까? **Where can I learn more?**

아래의 웹사이트는 코로나-19 에 관한 자세한 설명을 제공합니다.

- CDC 코로나 바이러스 웹사이트: <http://www.cdc.gov/coronavirus> □
- 미시간 주 코로나 바이러스 웹사이트: <http://www.michigan.gov/coronavirus>

Internal Medicine

You Have COVID-19: Discharge Instructions for People Returning Home (Korean)

- 적십자사 코로나-19 회복 환자로부터의 혈장 기증: <https://tinyurl.com/vyz3vwa>
- 미시간 메디슨 (Michigan Medicine) 환자 교육 페이지:  
<http://careguides.med.umich.edu/coronavirus>
- 미시간 메디슨 (Michigan Medicine) 코로나 바이러스 업데이트 페이지:  
<https://www.uofmhealth.org/covid-19-update>

The following websites provide excellent instructions on COVID-19:

- CDC Coronavirus website at: <http://www.cdc.gov/coronavirus> □
- State of Michigan Coronavirus website at:  
<http://www.michigan.gov/coronavirus>
- Red Cross plasma donations from recovered COVID-19 Patients at:  
<https://tinyurl.com/vyz3vwa>
- Michigan Medicine Patient Education Page at:  
<http://careguides.med.umich.edu/coronavirus>
- Michigan Medicine Coronavirus Updates page at:  
<https://www.uofmhealth.org/covid-19-update>

책임의 한계와 법적 고지: 본 문서는 미시간 메디신 (Michigan Medicine) 에서 만든 안내 및/혹은 지침 자료로, 여러분과 동일한 상태의 일반적인 환자를 위해 제작되었습니다. 여기에는 미시간 메디신 (Michigan Medicine) 에서 만든 내용이 아닌 온라인 내용에 관한 링크가 포함 될 수 있는데, 이에 대한 책임은 미시간 메디신 (Michigan Medicine) 에서 지지 않습니다. 여러분의 의학적 경험이 일반적인 환자의 경험과 다를 수 있으므로, 본 문서가 담당 의료진의 의학적 자문을 대체할 수 없습니다. 본 문서나, 건강 상태 혹은 치료 계획에 관한 질문이 있다면, 반드시 담당 의료진과 상담하시기 바랍니다.

저자: Emily Stoneman MD, Robert Chang MD

일반 언어 편집자: Ruti Volk, MSI, AHIP

번역: 미시간 메디신 (Michigan Medicine) 통역 서비스

미시간 [메디신 \(Michigan Medicine\)](#) 의 환자 교육은 [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 3.0 Unported License](#) 를 통해 인가 받았습니다.

최종 수정 2020년 12 월14일

Disclaimer: This document contains information and/or instructional materials developed by Michigan Medicine for the typical patient with your condition. It may include links to online content that was not created by Michigan Medicine and for which Michigan Medicine does not assume responsibility. It does not replace medical advice from your health care provider because your experience may differ from that of the typical patient. Talk to your health care provider if you have any questions about this document, your condition or your treatment plan.

Authors: Emily Stoneman MD, Robert Chang MD

Plain Language Editor: Ruti Volk, MSI, AHIP

Translation: Michigan Medicine Interpreter Services

Patient Education by [Michigan Medicine](#) is licensed under a [Creative Commons Attribution- NonCommercial-ShareAlike 3.0 Unported License](#). Last Revised

12/14/2020