



# 내 응급 상황 대비 안내서



## 관리 처방전 환자용 안내서

### 누구에게나 계획이 필요합니다

일일 처방전이 있다면 미리 계획을 세우는 것이 중요합니다. 응급 상황에서 분실되었거나 손상된 약은 생명을 위협할 수 있습니다. 재난 발생 시 필요한 의료용품은 담당의에게 문의하십시오.

### 처방전 환자용 응급 상황 대비 체크리스트

- 휴대가 용이하고 튼튼한 가정용 방수 응급 처치 키트를 준비하십시오. 약 2주 분량의 처방약, 일반약(통증제, 감기약 및 제산제) 및 기타 의약품(붕대 또는 당뇨병 용품)도 넣으십시오. 2~3개월마다 키트를 확인하고 만료일을 지켜보십시오.
- 본인의 완전한 개인의료정보 사본, 본인의 건강 관리 의료업체 및 약국 연락처 정보 및 기타 중요한 서류(법률 서류, 약 목록, 복용량 및 보험 정보 등)를 보관하십시오. 이 서류들은 봉인용 식품보관용 백 또는 기타 방수 용기에 보관하십시오.
- 건강 보험과 처방약 혜택 카드는 상시 지참하십시오.
- 다시 받을 처방약은 최대한 빨리 신청하십시오. 해당 공단의 홈딜리버리 약국을 통해 90일분의 약을 주문하는 것이 좋습니다.
- 약은 원래 라벨이 붙은 용기에 함께 보관하십시오. 처방약 병은 방수백 또는 용기에 넣어 두십시오.
- 냉장 보관을 필요로 하는 약 등 특별 취급 약품은 미리 계획하십시오. 임시 보관 및 관리 계획을 준비하십시오.
- 특히 해당 약이 특별 운반 또는 냉장 보관을 필요로 한다면 의사와 함께 재난 발발 시 약 취급 계획을 수립하십시오. 자녀의 약 관리 계획은 보육사나 학교에서 세우십시오.
- 아편 및 기타 처방 진통제는 원래 포장에 넣어 고정된 캐비닛, 잠금 장치 또는 기타 안전한 장소에 보관하십시오. 약이 얼마나 많이 남았는지 거둬 확인하십시오. 타인이 본인의 약을 복용했다고 생각되면 경찰에게 즉시 연락하여 신고하십시오.
- 사용하지 않고 만료된 약을 안전하게 폐기하려면 폐기 처방약 수거지(Prescription Drop Off Collection Site)를 찾으십시오(지도상 위치: <http://BeforeItsTooLate.Maryland.gov/resources-2/>).

### 미리 준비하세요

- 태풍 또는 정전이 발생했을 경우 알림, 경고 및 응급 전달 내용에 주의를 기울이십시오. TV, 라디오, 웹 및 소셜 미디어 등 매체의 공식 발표에 귀를 기울이십시오. 공동체 경고 및 알림 시스템에 가입하십시오.
- 해당 카운티의 응급 관리 당국, 화재 및 경찰 비긴급 전화번호 등 응급 전화번호를 가까운 곳에 두십시오.
- 대피 경로와 대피소 위치 등 해당 지역의 비상 대처 계획을 숙지하십시오. 휴대전화와 응급 키트에 정보를 붙이거나 보관하십시오.

### 긴급 전화

도움이 필요할 경우를  
대비하여 가까운 홈 케어/  
호스피스 업체 전화번호를  
전화기 근처에 두십시오.  
실제 응급 상황 발발  
시에는 911번으로  
전화하십시오.

## 응급용품 키트

응급 키트 외에 응급 상황을 대비하여 반드시 다음 품목들을 준비하십시오.



**물** - 인당 물 1갤런 하루 기준 3일 분량



**식품** - 최소 3일치 포장 식품



**휴대용 라디오** - 여분 배터리 준비



**손전등** - 여분 배터리 준비



**응급 처치 키트** - 내용물의 유효 기간을 확인하고 새 용품만 넣어 둘 것



**호루라기** - 구조 신호용



**방진 마스크** - 또는 면 티셔츠, 오염 공기 차단용



**플라스틱 시트 및 덕트 테이프** - 피난처 대용품



**렌치 또는 펜치** - 필요한 경우 수도 가스를 끄는 데 사용함



**강통 따개** - 통조림 캔을 여는 데 사용



**유아용 분유 및 기저귀** - 유아가 있는 경우



**동네 지도** - 대피했을 경우 이동할 곳의 지도 및 해당 지역의 지도 포함

## 긴급 사태 발발 후 기타 고려 사항

- 약을 검사하여 모양이 변했거나 냄새가 나는지 확인하십시오. 과도한 습기 또는 열은 약을 손상시키거나 약효를 떨어뜨릴 수 있습니다. 약의 안전성을 잘 모르겠으면 가까운 지역의 약사 또는 의료진에게 문의하십시오.
- 약을 복용하지 못했다면 건강에 부정적인 영향을 미치지 않더라도 최대한 빨리 의사 또는 약사에게 문의하십시오. 의료 종사자에게 말하기 전 때를 놓쳐 복용하지 못한 약을 보충하려고 복용량을 초과하지 마십시오. 처방되지 않은 약을 복용하거나 타인과 약을 나누어 복용하지 마십시오.

## 추가 정보 및 온라인 자료

- [preparedness.health.maryland.gov](http://preparedness.health.maryland.gov)
- [mema.maryland.gov](http://mema.maryland.gov)
- [mncha.org/emergency-preparedness](http://mncha.org/emergency-preparedness)

- [BeforeItsTooLateMD.org](http://BeforeItsTooLateMD.org)  
헤로인, 아편 및 펜타닐 위험을 의식할 수 있게 해드리는 메릴랜드 주정부 차원의 노력



메릴랜드 보건부 준비 및 대응 사무국(Maryland Department of Health Office of Preparedness and Response) 및 메릴랜드 국영 홈케어 협회(Maryland-National Capital Homecare Association) 제휴

이 공란에 본인의 홈 케어/  
호스피스 업체의 이름과 전화번호를 적어 주십시오.