

봄철 알레르기 질환



알레르기는 특정 원인물질에 노출되면서 신체의 항원항체반응에 의한 과민반응이 일어나는 현상입니다. 이때 반응하는 신체 부위에 따라 비염, 천식, 결막염, 두드러기 등 특징적인 증상을 보입니다.

특히 봄철에는 황사, 꽃가루와 같은 알레르기 자극 물질이 증가하면서 알레르기 질환을 호소하는 사람 또한 증가합니다. 알레르기를 가지고 있는 사람들은 미세먼지와 꽃가루로 인해 기관지뿐 아니라 피부도 예민해지기도 하며, 아토피 피부염이 있는 경우에는 환절기 피부가 건조해지면서 증상이 심해질 수 있습니다.

알레르기 질환의 종류와 관리

질환명	원인	증상	관리방법
알레르기 천식	외부 알레르기 물질이 염증을 일으켜 기관지 평활근의 이상으로 기관지 수축·팽창이 반복되는 질환 ex) 꽃가루, 진드기, 동물의 털, 음식 등	호흡곤란 숨 쉴 때 쌉쌉거리는 소리(천명음) 기침	손씻기 철저, 실내청결유지 대기오염 심한날 외출 피하거나 마스크 착용
알레르기 비염	코 안쪽의 점막이 특정물질(알레르기를 일으키는 원인물질)에 과민반응을 보이는 것 ex) 꽃가루, 미세먼지 등	연속적, 발작적 재채기 맑은 콧물, 코막힘 눈과 코 부위의 가려움 등	흡연 절대 금지 및 간접흡연 피하기
알레르기성 쇼크 (아나필락시스)	특정 알레르기 물질에 노출된 후 급격하게 진행되는 심한 전신적인 과민반응으로 신속한 조치가 이루어지지 않으면 생명이 위험할 수 있음	두드러기, 발작, 국소부종과 같은 피부증상, 호흡곤란, 복통, 혈압저하, 의식소실 등	알레르기 유발 원인 피하기 개인의 아나필락시스 원인과 증상을 숙지하고 증상 발생 시 즉시 응급실 내원
알레르기 결막염	특정 알레르기 유발 물질에 의한 알레르기 반응으로 발생한 결막의 염증질환 ex) 먼지, 집먼지진드기, 풀, 곰팡이, 음식 등	눈의 분비물, 충혈 결막부종, 가려움증	알레르기 유발 원인 피하기 먼지 많은 계절에는 콘택트렌즈 착용 피하기 침구류 청결 유지 증상 심할 경우 안과 진료
아토피 피부염	피부에 발생하는 만성 알레르기 염증성 질환 소아에게서 흔히 나타나고 성인이 되어서도 증상이 지속될 수 있는 만성 피부질환	심한 가려움증, 피부건조증 발진, 진물, 태선화(피부가 두꺼워지는 현상)	손, 발톱은 짧게 깎은 상태를 유지 옷은 부드러운 면 소재로 착용 적정 실내 습도와 온도 유지 (습도 40~50%, 온도 22~24℃)