

〈가을철 질환〉

☞ 알레르기 질환

알레르기비염이란 코 점막이 다양한 원인물질에 대하여 과민반응(재채기, 콧물 등)을 나타내는 알레르기 질환입니다.

1) 원인

알레르기비염의 원인은 크게 유발물질과 악화인자가 있습니다.

유발물질: 알레르기비염을 유발하는 물질로 집먼지진드기, 애완동물의 털과 비듬, 바퀴, 곰팡이, 꽃가루 등이 있습니다.

악화인자: 알레르기비염을 더욱 악화시키는 인자로 대기오염, 담배연기, 감기나 호흡기 감염, 찬공기, 자극성 가스, 급격한 온도·습도 변화 등이 있습니다.

2) 증상

증상으로는 연속적이며 발작적인 재채기, 계속 흘러내리는 맑은 콧물, 눈이나 코 주위의 가려움증, 코막힘 등이 있습니다.

3) 비염 관리



☞ 가을철 피부질환

건선

건선은 은백색 각질이 겹겹이 쌓이고 작은 좁쌀 같은 발진이나 딱지, 고름 등이 생기는 난치성 피부질환으로 **지속적인 병원치료를 요하는 만성 피부질환**입니다.

최근 건선의 원인이 **면역 이상**이라는게 밝혀지면서 피부에만 병이 있는 것이 아니라 **건선관절염을 동반**하기도 하며 대사증후군, 급성심근경색, 중풍 같은 심혈관계 질환의 발병이 일반인보다 높다는 사실이 잘 알려져 있습니다. 이런 이차적인 합병증을 예방하기 위해서라도 건선은 꾸준한 치료와 관리가 필요한 병입니다.

피부 건조증

피부건조증이 가을, 겨울에 가장 많이 나타나는 이유는 **건조한 공기** 때문입니다. 과도한 실내 난방과 전기담요의 사용, 잘못된 목욕 습관 등으로 노년층 뿐만 아니라 젊은 청년들에게도 유행하고 있습니다.

피부건조증은 건조한 공기와 수분 부족 등 여러가지 요인들로 인해 피부가 건조해지고 피부 속 수분이 10% 이하로 떨어지는 질환으로 팔과 다리 등 목에 약간의 붉은 반점이 발생하며 표면이 거친 상태를 말합니다. **유분이 많은 보습제, 완화제 등을 꾸준히 사용하는 것이 좋으며 건조증을 악화시키는 요인을 개선**시키는 것이 중요합니다.

원인은 ▲건조한 날씨 ▲냉·난방기 사용 ▲자외선 등의 외부적인 요인과 ▲유전 ▲아토피 피부염 ▲피부 노화 등의 내부적인 요인이 있습니다.

☞ 급성 열성 질환

가을철에 주로 발생이 증가하는 진드기 매개 감염병, 설치류 매개 감염병 등 가을철 감염병 예방을 위해, 농작업 및 야외활동 시 감염병 예방수칙을 준수해야 합니다.

✓ 진드기 매개 감염병

쯔쯔가무시증

대표적인 진드기 매개감염병인 쯔쯔가무시증은 환자의 90% 정도가 가을철(10월~11월)에 발생하며, 중증열성혈소판감소증후군(SFTS) 환자의 발생도 지속적으로 증가하고 있습니다. 쯔쯔가무시균에 감염된 털진드기 유충에 물려 발생하는 감염병으로 고열, 오한, 근육통, 복통, 인후염, 가피, 발진 등의 증상이 나타납니다.

중증열성혈소판감소증후군(SFTS)

SFTS 바이러스에 감염된 참진드기(주로 작은소피참진드기)에 물려 발생하는 매개체 감염병으로 고열과 구토, 설사, 복통, 메쓰꺼움 등의 소화기증상이 나타납니다.

예방수칙

피부를 노출하지 않는 작업복 입기



긴팔상의와 긴바지, 장갑과 장화를 착용해 피부노출을 차단하기
작업복과 일상복은 구분하기

진드기 기피제 사용하기



피부를 노출하지 않는 복장을 착용하고
진드기 기피제를 뿌리기

풀밭·풀숲 피하기



풀밭에 실때는 돛자리, 농작업용 방석 사용하기
진드기가 많이 서식하는 풀숲, 덩굴 피하기

농작업/야외활동 후 씻고 빨래하기



진드기에 물리지 않았는지 몸 구석구석을 확인해 깨끗이 씻고,
외출복 꼼꼼히 털어서 세탁하기

✓ 설치류 매개 감염병

렙토스피라증

병원성 렙토스피라균에 감염된 동물(쥐 등의 설치류, 소·돼지·개 등의 가축)의 소변 등에 노출되어 발생하는 감염병으로 고열, 근육통, 두통, 설사, 발진, 결막충혈 등의 증상이 나타납니다.

유행성출혈열(신증후출혈열)

한탄/서울바이러스에 감염된 설치류의 분변, 오줌, 타액 등으로 배출되어 건조된 바이러스가 공기 중에서 호흡기를 통해 전파되어 발생하는 감염병으로 발열, 오한, 근육통, 두통, 출혈소견, 소변량 감소 등의 증상이 나타납니다.

예방수칙

렙토스피라증



침수지역에서 작업 시 반드시 보호복과 장화, 고무장갑 착용



물에 노출된 피부는 반드시 깨끗한 물로 씻어내기



수해복구 작업 후 발열이 발생한 경우, 신속히 진료받기

신증후군 출혈열



쥐의 배설물과 접촉 피하기



야외활동 후 입었던 옷을 세탁하고, 샤워나 목욕하기



감염위험이 높은 사람은 적기에 예방접종 받고,
농작업·야외활동 후 발열이 발생한 경우 신속히 진료받기