

# 명의의 건강비법

— 선생님의 건강, 안녕하십니까? —

23. 아토피의 모든 것



유니텔연수원

# 1. 아토피의 증상과 발병과정

## 1) 아토피 유병률의 급증

- 급증 추이
  - 최근 30~40년 사이 거의 모든 국가의 아토피 유병률이 2~3배 증가함
- 급증 이유
  - 면역력이 약화됨
  - 산업화로 인한 공해, 매연 등으로 환경이 변화함
  - 현대사회의 다양한 의식주 환경과 접촉하면서 많은 아토피 요인들에 노출됨

## 2) 아토피의 특징

- 가려운 증상 발생
- 나이에 따라 다른 부위에 습진
- 주로 5세 이하부터 시작해 만성 질환으로 이어짐
- 아토피 피부염이 있는 상태에서 알레르기성 비염이나 천식이 뒤따르는 경우가 있음

# 1. 아토피의 증상과 발병과정

## 3) 아토피의 증상

- 유아기 아토피
  - 얼굴과 뺨, 입 주변에 진물이 흐르고 딱지가 앓음
  - 침과 음식을 많이 흘리기 때문에 얼굴에 증상이 심함
  - 기어 다니고 보호자의 옷에 자꾸 스치기 때문에 팔다리의 바깥쪽에 증상이 주로 나타남
- 소아기 아토피
  - 팔, 다리, 목, 겨드랑이 등 접히는 피부에 증상이 나타남
  - 피부가 굉장히 두꺼워져 있는 만성적 경과를 취하는 습진의 형태를 보임
- 성인 아토피
  - 주로 얼굴과 목에 나타남
  - 많이 긁어서 상처가 많이 나있음
  - 피부가 뱀 껍질처럼 두꺼워짐  
(태선화: 피부가 정상보다 10~20배 이상 두꺼워진 상태)

# 1. 아토피의 증상과 발병과정

## 4) 아토피의 발병 기전

- 면역학적 이상
  - 백혈구 중 면역을 담당하는 T 세포 (백혈구에서 면역을 담당하는 세포)의 반응에 이상이 생기는 경우
- 피부 장벽의 이상
  - 수분을 저장하는 피부 장벽에 유전적으로 이상이 있는 경우
- 염증자극에 의한 피부과민성

## 5) 오해와 진실

- Q. 아토피 피부염이 있으면 다른 알레르기 질환에도 잘 걸린다? → O
- 피부염에만 국한된 것이 아니라 아토피성 천식, 아토피성 비염도 아토피에 해당함
  - 아토피 피부염으로 시작해, 대개 2세 정도에 기관지 천식이 생기고
  - 5~6세부터는 알레르기성 비염이 생기기도 함
  - 이렇게 순차적으로 다른 알레르기성 질환이 발병하는 것을 ‘아토피 행진’이라고 일컬음
- 단, 모든 환자가 세 가지 질병을 다 갖게 되는 것은 아님

## 2. 아토피 치료법

### 1) 면역 조절법

- 면역 조절법의 정의
  - 알레르기의 원인이 되는 물질을 지속적으로 투여해서 면역력을 강화시키는 치료법
- 시행 대상
  - 일반적인 치료에 반응이 없는 환자
  - 전신성 아토피 환자
  - 알레르기를 일으키는 특정한 물질에 반응이 심한 환자
- 면역 조절법 시행시 유의점
  - 치료 효과가 굉장히 좋으나 모든 환자가 시행할 수 있는 것은 아님

### 2) 아토피 상태에 따른 치료법

- 일반 환자인 경우
  - 원인이 되는 환경적 요인 제거
  - 보습제, 목욕 등의 피부관리
- 습진이 심할 경우
  - 국소 스테로이드제, 국소 면역 조절법 시행
- 국소 염증 치료로도 효과를 보지 못하는 경우
  - 전신성 면역 조절법을 통해 치료

## 2. 아토피 치료법

### 3) 민간요법

- 근거 없는 민간요법은 지양할 것
- 유산균 섭취는 산모와 3세 이하의 아토피 환자에게만 효과적임
- 달맞이꽃의 감마리놀렌산이라는 아토피의 가려움증을 간혹 호전시키는 성분이 있어 큰 부작용 없이 식품으로 섭취 가능