



2014년 제 2회 아토피·천식 예방관리 심포지엄 개최

부산광역시 아토피·천식교육정보센터는 지난 8월 18일부터 20일 고신대학교 복음병원에서 초, 중, 고 보건교사 30여명이 참석한 가운데 2014년 제 2회 아토피·천식 예방관리 심포지엄을 성황리에 마쳤습니다.

이번 심포지엄에는 교내에서 주로 접하는 알레르기 질환을 중심으로 아동·청소년에서의 천식(김희규 센터장), 알레르기 비염 및 아토피 피부염(최길순 부센터장), 천식 및 알레르기 응급상황 대처법 실습(김현정 팀장), 알레르기 질환과 아동·청소년의 심리상태(유일영, 연세대 명예교수), 아동·청소년의 발달과 영양 상태(이정숙, 고신대 식품영양학과 교수, 부산시 어린이 급식 지원 센터장)에 대한 강의를 이루어졌습니다. 또한, 학교중심의 예방관리 프로그램인 아토피·천식 안심학교에 대한 소개(김희규 센터장)와 안심학교 신청 및 운영방법(김현정 팀장)에 대한 내용도 포함되어 있어 아토피·천식 안심학교에 대한 보건교사의 적극적인 관심과 참여를 도모하였습니다.

특히, 심포지엄 후 보건교사들을 대상으로 학교에서 발생하는 응급상황 대처에 필요한 천식발작응급키트를 신청을 받아 배부하였으며, 학교관계자들의 큰 호응을 얻었습니다.



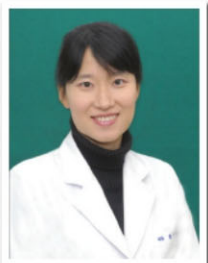
2014 아토피·천식 예방관리 기본 과정 직무 연수 (제 2회 아토피·천식 예방관리 심포지엄)

• 일시 : 2014년 8월 18일 ~ 8월 20일 • 장소 : 고신대학교복음병원
• 주최 : 부산광역시 아토피·천식교육정보센터 • 지원 : 부산광역시청 보건관리과, 부산광역시교육청



알레르기 비염의 치료와 관리

최길순(부산광역시 아토피·천식 교육정보센터 부센터장, 고신대 복음병원 알레르기내과)



최길순교수

알레르기 내과 교수 및
부센터장

일교차가 심하고 건조한 요즘 재채기를 심하게 하거나 맑은 콧물을 줄줄 흘리고 코 막힘 증상을 호소하는 아이들이 많다. 이 중 많은 사람들이 감기로 치료를 받고 있지만, 실제 감기가 아닌 알레르기 비염에 의한 경우가 많다.

✦ 알레르기 비염의 증상은?

알레르기 비염은 우리나라 인구의 약 20% 정도에서 나타나는 질환으로 반복적인 재채기와 코 가려움증, 맑은 콧물, 코막힘 등이 주된 증상이다. 유독 밤중과 아침에 심해지는 양상을 보이며, 평상시에는 아무런 증상이 없다가도 알레르기 원인 물질집먼지진드기나 꽃가루 등에 노출되거나 온도 변화, 감기, 스트레스 등에 의해 증상이 나빠지기도 한다. 눈 가려움증이나 입천장, 목속, 귀속 가려움증을 동반하기도 하며, 장기간 지속될 경우 냄새 감각이 없어지기도 한다. 또한, 오랫동안 비염을 앓은 어린 아이의 경우에는 눈 주위가 퍼렇게 착색되어 다크 서클처럼 보이기도 하고, 콧잔등의 주름이 관찰되기도 한다.



✦ 알레르기 비염, 치료해야 하나?

알레르기 비염이 생명에 지장을 주는 질환이 아니기에 대수롭지 않게 생각하고 치료를 받지 않는 환자가 많다. 하지만, 일상생활에 불편함을 줄 수 있을 뿐만 아니라, 학습이나 업무 능력을 저하시키고 스트레스를 유발시킬 수 있다. 또한, 그대로 방치할 경우 천식으로 진행할 수 있으며, 중이염이나 부비동염, 인후두염 등의 합병증이 생길 수 있다. 특히, 어린 아이에게서는 얼굴 변형을 초래할 수 있어 조기에 비염을 진단하고 치료하는 것이 중요하다. 가족 중에 비슷한 증상이 있는 사람이 있다면 알레르기 비염일 가능성이 높으므로 평소 세심하게 관찰하고 병원을 찾아 정확한 진단을 받아야 한다.

✦ 치료법

알레르기 비염의 치료에는 환경관리요법, 약물 치료, 면역치료, 수술적 치료가 있다. 환경관리 요법은 모든 환자에서 이루어지는 가장 기본적인 치료법으로 알레르기 원인물질과 비염을 악화시키는 요인들을 파악하여 환경을 개선하는 방법이다. 하지만, 개개인에 따라 원인 물질이나 악화요인이 다르므로 이에 대한 검사(피부반응검사나 혈액검사)가 필요하다. 약물 치료는 환자의 증상 정도와 상태에 따라 달라질 수 있으며, 증상을 조절하는 것으로 원인적인 치료에는 제한점이 있다.

일반적으로 증상이 심한 경우에는 면역치료나 수술적 치료를 고려하게 된다.

면역치료는 알레르기 원인 물질을 소량부터 차차 많은 양으로 올려가며 투여하여 이에 대한 알레르기 반응을 변화시켜 알레르기 질환을 근본적으로 호전시키는 치료법이다. 하지만, 모든 알레르기 비염환자에서 면역치료가 가능한 것은 아니다. 집먼지 진드기, 꽃가루, 동물털 등 원인 회피가 불가능하거나, 약물로 증상 조절이 잘 안 되는 경우, 약물 요법을 할 수 없는 환자에서 면역 치료를 시행해 볼 수 있다. 면역치료 방법은 원인 물질을 투여하는 방법에 따라 피하면역치료요법(알레르겐을 주사로 맞는 방법)과 설하면역치료요법(경구로 약을 복용하는 방법) 두 가지가 있으며, 각각의 장단점을 고려하여 의료진과 상의 후 결정할 수 있다. 수술요법은 코의 점막의 부종이 매우 심하거나 코에 구조적인 이상이 있는 경우, 물혹이 동반된 경우 고려할 수 있다. 하지만, 수술로 완치가 되는 것은 아니다.

많은 환자들이 증상이 일시적으로 나빠졌을때만 치료를 하고 증상이 좋아지면 치료를 중단한다. 하지만, 알레르기 비염은 재발을 반복할 수 있으며, 방치할 경우 더 심각한 합병증을 초래할 수 있는 질환으로 초기에 적극적으로 치료해야 할 뿐만 아니라, 장기적인 안목을 가지고 지속적으로 치료 및 관리를 할 필요가 있다.

센터 교육 및 홍보 활동

7월



2014.07.03 운송초등학교 5학년대상
알레르기 예방관리



2014.07.08 서감초등학교 학부모 대상
알레르기질환 관리



2014.07.09 김해시보건소 노인대학
알레르기 예방관리



2014.07.10 사상구보건소 관내주민대상
알레르기 예방관리



2014.07.12
2014 Alpha Allergy Forum



2014.07.18 남구보건소 어린이집 보육교사 교육
알레르기 예방관리



2014.07.21 주왕초등학교 학부모대상
알레르기 예방관리



2014.07.23 장유건강지원센터
센터 방문



2014.07.29 KNN건강교실 센터시티
센터홍보



2014.07.30 김해교육지원청 영양교사,
조리사대상 알레르기 예방관리



2014.08.05 엔젤어린이집 보육교사대상
알레르기 예방관리



2014.08.07 엔젤어린이집
센터체험프로그램



2014.08.08 엔젤어린이집
센터체험프로그램



2014.08.11 감만어린이집 보육교사대상
알레르기 예방관리



2014.08.18~20
제2회 아토피·천식 예방관리 심포지움



2014.08.28 2014년 광역 아토피·천식 교육정보센터
제2회 정기총회



2014.09.05 효림초등학교 3학년 대상
알레르기 예방관리



2014.09.12~14 2014 국제의료관광컨벤션
알레르기정보제공, 상담 및 알레르기 검사



2014.09.15 감만어린이집 열매반
센터 체험프로그램



2014.09.22 감만어린이집 꽃잎반
센터 체험프로그램



2014.09.22 주왕초등학교 교사대상
알레르기 예방관리



2014.09.23 감만어린이집 새싹반
센터체험프로그램



2014.09.23 연제초등학교 2학년대상
알레르기 예방관리



2014.09.24 해운대초등학교 4학년대상
알레르기 예방관리



2014.09.25 감만어린이집 학부모대상
알레르기 예방관리



2014.09.25 사하 사랑채노인복지관
알레르기 예방관리



2014.09.25 서감초등학교
질병관리본부 안심학교 현장점검



2014.09.29 감만어린이집 꽃잎반
센터 체험프로그램

2014년 하반기 부산광역시 아토피·천식교육정보센터 주요행사일정

2014년 제 2차 보건소 담당자 실무회의

- ▶ 일시 2014. 10. 21(화) 15:00 ~ 17:00
- ▶ 대상 시청 보건관리과 아토피, 천식 업무 담당자 및 각 구 보건소 실무담당자
- ▶ 장소 아토피·천식 교육정보 센터 내 교육장 (국제빌딩3층)



2014년 일반인·환자를 위한 아토피·천식 예방관리 건강강좌

- ▶ 일시 2014. 10. 22(수) 12:00 ~ 14:00
- ▶ 대상 지역사회 알레르기 질환자, 가족 및 일반인
- ▶ 장소 고신대학교 복음병원 6동 7층

2014년 보건교사 실무위원회

- ▶ 일시 2014. 10. 23(목) 15:30 ~ 16:40
- ▶ 대상 사상구, 북구, 강서구 각 학교 보건교사
- ▶ 장소 덕천초등학교

모임공간을 무료로 빌려드립니다.

- ▶ 대상 부산시민 누구나
- ▶ 인원 최대 10명
- ▶ 시간 오전 10:00 ~ 11:30, 오후 2:00 ~ 5:00사이 (시간변경가능, 주말·공휴일 제외)
- ▶ 문의 051-241-4640
- ▶ 자원사항 노트북 및 빔 프로젝트장비 지원
- ▶ 신청방법 홈페이지에서 안내된 신청서 작성법에 따라 신청서 작성

* 센터 내부사정에 따라 일정이 변경될 수 있습니다.

센터 이용후기



센터를 찾는게 조금 어렵지만 도착한 순간 파라다이스~~~ 시원하고 친절하게 다과도 준비해주셔서 넘넘 좋았어용 ㅋㅋ무엇보다 공짜로 검사를 할수 있어서 더 좋았지용~ ㅋㅋ글구 검사결과...생각지도 못했던 나의 알레르기 반응에 넘 놀랐어용. 내가 좋아하는 고양이털...썩..민들레..등.. 집먼지는 당근 있었구용 ㅜㅜ 이 모든것이 나의 비염과 천식, 가려움증을 유발하고 있을줄이야...안그래도 비염이있었는데 내몸을 알고나니 예방할수 있어 좋았구용. 내가 알고있던 지식과 완전 다른점들 많이 알고 갑니다 ㅋㅋ 앞으로...고양이카페, 봄에 썩케러 산에가기..민들레씨앗 날리기 등...자제해야겠어용 ㅠㅠ암튼 담에 또 시간나면 방문할게용 ㅋㅋ 넘 편하고 즐거워서 시간때우러 가기도 굿~!!! ㅋㅋ - 정ㅇ아 님 -

전 알레르기랑 상관없는 사람인줄 알고 살았는데 센터에서 검사를 받아보고 집먼지 알레르기가 있다는걸 알았습니다. 짧은시간동안 간단한 검사로 알수있는게 신기했고 친절히 설명해주셔서 많은걸 배울수 있었습니다. 감사합니다 ^^ - 손님 님 -



평소 먼지가 묻으면 피부가 부어올라 알레르기검사를 했는데 다행히 알레르기반응은 없었습니다. 아들하고 함께 갔더니 팀장님이 발달검사도 해주시겠다해서 하고왔네요^^ 친절하게 응대해주고 설명도 잘해주셔서 감사해요 - 방문객 님 -



부산광역시
아토피·천식
교육정보센터

주 소 부산광역시 중구 중앙대로 26 국제빌딩 3층
T 051.241.4640 F 051.241.4648
홈페이지 www.allergyinfo.or.kr
블 로 그 <http://blog.naver.com/allergyinfo>
페이스북 <https://www.facebook.com/allergy4640>

