

발 행 인 질병관리청

발 행 일 2020년 12월

개 정 일 2022년 12월

집 필 (개 발) (사)한국천식알레르기협회

자문 및 감수 대한천식알레르기학회

대한 소아알레르기 호흡기학회

대한이비인후과학회

대한피부과학회

디자인·인쇄 (주)플라잉피그(032-270-6543)

문 의 질병관리청(043-719-7442)

(사)한국천식알레르기협회(02-745-4510)

이 책은 질병관리청에 저작권이 있습니다.

질병관리청의 승인 없이 상업적인 목적으로 사용되거나 판매될 수 없으며, 이 책의 내용을 무단 전재하는 것을 금합니다.

자료를 인용할 시에는 반드시 출처를 밝혀주시기 바랍니다.

천식발작 응급 대처 매 뉴얼

 학교 편

CONTENTS

천식발작 증상과 징후

학교에서 천식발작이 발생했을 때 응급 대처법

- 1) 학생
- 2) 조력자





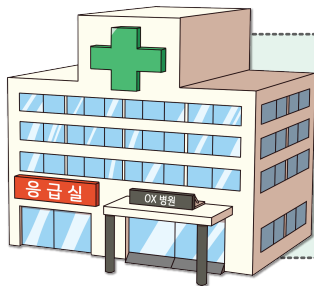
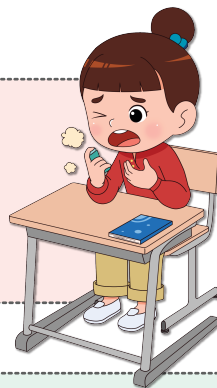
1) 천식으로 인한 발작 증상과 징후에는 무엇이 있을까요?

쌉쌉거림, 호흡곤란, 기침, 호흡수 증가, 맥박수 증가,
안절부절 못함, 말할 때 한 두 단어밖에 말할 수 없음
등이 있습니다.



2) 다음과 같은 경우에는 반드시 병원으로 가야 해요!

첫째, 최근까지 천식조절이 안되어
자주 증상완화제(응급약물)를 사용하거나
병원에 자주 방문한 경우!



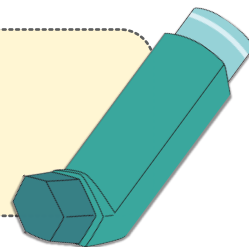
둘째, 이전에 심한 발작으로
입원하였던 경우!

2) 다음과 같은 경우에는 반드시 병원으로 가야 해요!



셋째, 호흡곤란이 심하고 입술이나 손끝이 파래지는 경우!

넷째, 기관지확장제(응급약물, 증상완화제)를
투여해도 반응이 없는 경우!



평소 천식을 꾸준히 관리하면 천식발작을 막을 수 있어요!

1) 학생(환자)은 어떻게 해야 될까요?



1. 안정 취하기

편하게 숨쉴 수 있는 자세를 취하고
천천히 깊게 숨을 쉰다.



2. 증상완화제 사용하기

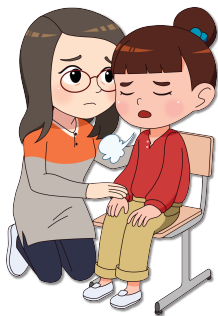
속효성 기관지확장제를 정량식 분무기나
연무기(네불라이저)를 사용하여
흡입시켜야 하고, 효과가 없으면 20분
간격으로 2회 반복할 수 있습니다.



3. 증상이 호전되지 않으면 응급실 가기

병원으로 이송하는 도중이라도
증상이 호전되지 않으면 속효성
기관지확장제는 반복 흡입합니다.

2) 조력자는 어떻게 해야 될까요?



1. 편안히 숨쉬게 하기

당황하지 말고, 학생을 의자에 앉히고 안정을 취하게 합니다.
천천히 깊게 숨을 쉬도록 해주면서
최대한 편안하게 옷의 단추를 풀어줍니다.

2. 증상완화제를 흡입시켜 주기

- ① 기관지확장제를 가볍게 3~4회 흔듭니다.
- ② 약물을 직접 또는 스페이서(흡입보조기구)에 끼웁니다.
- ③ 약물통을 세게 1회 누릅니다.
- ④ 약을 천천히 5~10회 들이마십니다.
- ⑤ 마지막 들이마신 후 약 5~10초간 숨을 참은 후 내쉽니다.



2) 조력자는 어떻게 해야 될까요?

3. 119 부르기

119가 올 때까지
학생의 상태를 지속적으로 관찰합니다.

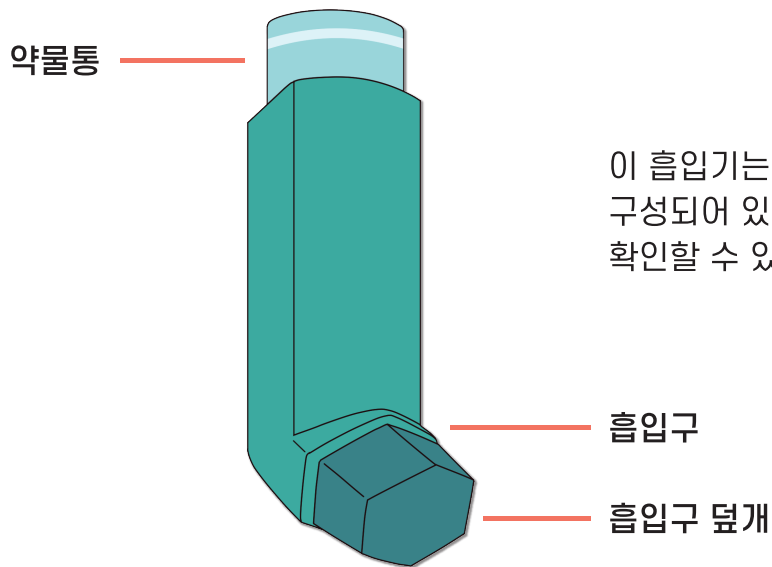


4. 병원으로 이송

병원으로 이동하면서 증상이 악화되면 한 번 더
증상완화제(응급약물)를 흡입시켜 줍니다.
병원에 도착 후 의사에게 발작이 있어났을 때의 상황,
의심되는 악화요인, 학교에서 사용한 약제의 용량과
횟수 등을 자세히 설명합니다.

1) 정량식 흡입기는 어떻게 사용할까요?

정량식 흡입기의 구조

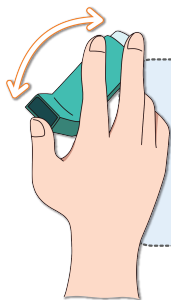


이 흡입기는 약물통, 흡입구, 흡입구 덮개로 구성되어 있어, 약물통 하단에 사용기한을 확인할 수 있습니다.

1) 정량식 흡입기는 어떻게 사용할까요?

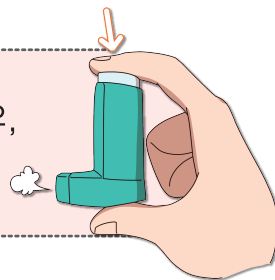
정량식 흡입기의 올바른 사용방법에 대해 알아보아요.

올바른 흡입방법 ①



흡입구가 아래로 오게 세워 든 다음, 흡입구 덮개를 엽니다.
부드럽게 흡입기를 위아래로 3~4회 흔들어 줍니다.

흡입제가 새 것이거나 1주 이상 사용하지 않은 경우,
공기중으로 3번 분무시킨 후 사용합니다.



1) 정량식 흡입기는 어떻게 사용할까요?

정량식 흡입기의 올바른 사용방법에 대해 알아보아요.

올바른 흡입방법 ②



숨을 충분히 내쉰 후,
입술로 흡입구를 가볍게 씹니다.



입으로 숨을 들이마시는 동시에
약물통을 세게 누르면서
약을 천천히 들이마십니다.

1) 정량식 흡입기는 어떻게 사용할까요?

정량식 흡입기의 올바른 사용방법에 대해 알아보아요.

올바른 흡입방법 ③



흡입기에서 입을 떼고,
약 5초에서 10초간 숨을 참습니다.

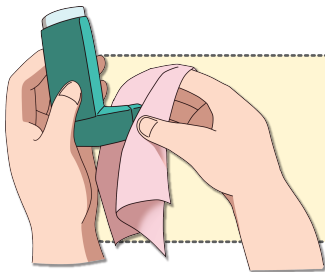


참았던 숨을
자연스럽게 천천히 내쉽니다.

1) 정량식 흡입기는 어떻게 사용할까요?

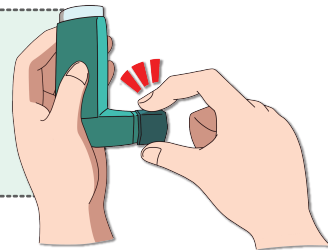
정량식 흡입기의 올바른 사용방법에 대해 알아보아요.

올바른 흡입방법 ④



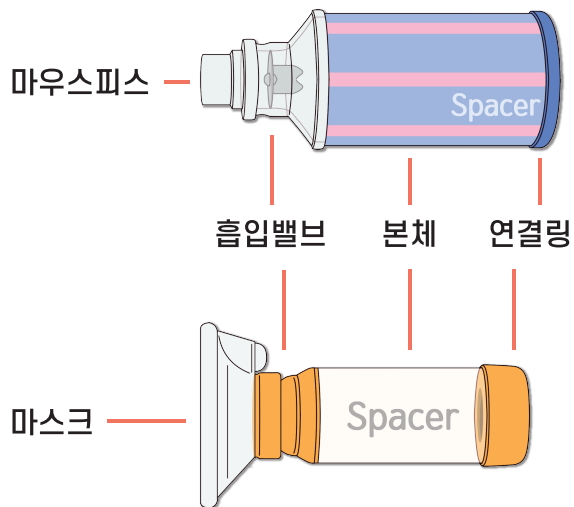
흡입기구는 마른 티슈나 천으로 닦아 줍니다.
*흡입제는 씻거나 물 속에 넣지 않도록 합니다.

뚜껑을 잘 닫아주세요.



2) 스페이서(흡입보조기구)는 어떻게 사용할까요?

스페이서의 구조



연결링은 정량식흡입기와 스페이서를 연결하는 부분이고, **본체**는 약물을 저장하는 공간의 역할을 합니다.

흡입밸브는 숨을 내쉴 때는 닫혀 입안의 이물질이 안으로 들어가지 못하게 해주고, 숨을 들이 마실 때는 열려 약제를 흡입할 수 있게 해줍니다.

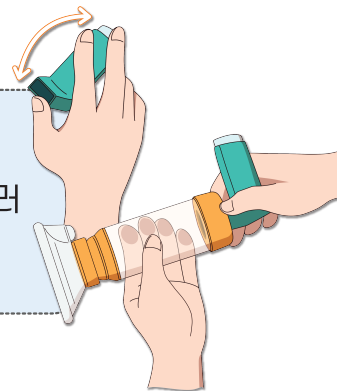
마우스피스는 약물을 흡입할 때 입으로 무는 부분이고, **마스크**는 유아용으로 얼굴에 부드럽게 밀착되어 흡입제가 밖으로 손실되지 않도록 해줍니다.

2) 스페이서(흡입보조기구)는 어떻게 사용할까요?

스페이서의 올바른 사용방법에 대해 알아보아요.

올바른 사용 방법 ①

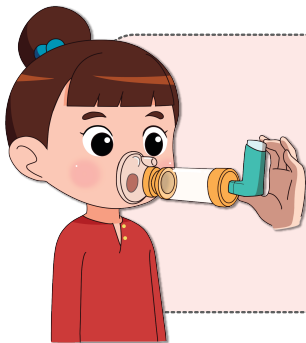
흡입기를 위아래로 3~4회 흔든 후, 스페이서의 연결링 홈에 끼웁니다. 그리고 흡입기를 한 번 눌러 약물을 스페이서에 채웁니다.



2) 스페이서(흡입보조기구)는 어떻게 사용할까요?

스페이서의 올바른 사용방법에 대해 알아보아요.

올바른 사용 방법 ②



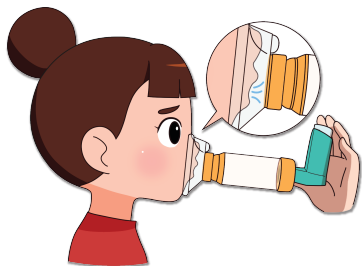
마스크 형태의 스페이서를 사용하는 경우:
보조기구를 코와 입을 포함하여 **얼굴에 밀착**시킵니다.

마스크 형태의 스페이서가 아닌 경우:
마우스피스를 입으로 물게 합니다.

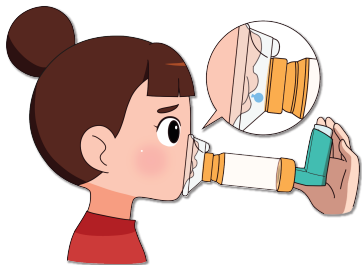
2) 스페이서(흡입보조기구)는 어떻게 사용할까요?

스페이서의 올바른 사용방법에 대해 알아보아요.

올바른 사용 방법 ③



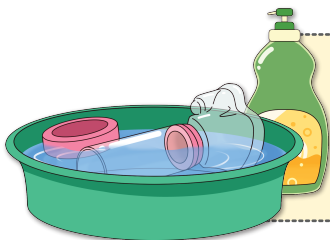
5~10회 정상호흡을 하게 합니다.
마지막은 크게 들이마신 후 5~10초간
숨을 참은 다음 내쉽니다.



마스크 형태의 보조기구를 사용하는 경우
입을 크게 벌리고 숨을 쉬어야 합니다.
이렇게 하지 않으면 약이 기도로 들어가지 않습니다.

2) 스페이서(흡입보조기구)는 어떻게 사용할까요?

스페이서(흡입보조기구)의 관리방법



스페이서는 일주일에 한 번 정도 미지근한 물에 주방세제를 풀어 5분 가량 담궈 놓습니다.

흐르는 물에 2~3회 가량 헹군 후,
통풍이 잘 되는 그늘에서 자연 건조시켜 사용합니다.

*** 주의사항**

스페이서 내부를 문질러서 닦으면 안 돼요! 정전기가 발생하여 약물이 스페이서 벽에 붙게 되므로 숨을 들이쉴 때 약물이 입안으로 들어가지 않습니다.

