

아나필락시스란?

- 아나필락시스(급성중증과민반응)는 알레르기 원인물질에 노출된 후 갑자기 발생하는 심한 과민반응입니다.
- 신속하게 조치하지 않으면 생명을 위태롭게 할 수 있습니다.

아나필락시스 증상은?

- 알레르기 원인물질 또는 특정 자극에 노출된 후 **즉시 또는 수십 분 내에** 아래의 증상들이 나타나면 아나필락시스를 의심해야 합니다.



피부

가려움, 두드러기, 부종, 발적,
목 조임, 목쉼



호흡기

숨참, 기침, 천명음



심혈관계

어지러움, 식은땀, 눈앞이 깜깜,
맥박이 약함, 혈압저하



소화기

오심, 구토, 복통, 설사



전신 및 신경

죽을 것 같은 느낌, 의식소실, 불안감

알레르기질환에 대한 궁금한 내용은



홈페이지 allergyinfo.or.kr  에서

- 정확한 정보를 확인하세요
- 궁금한 내용을 물어보세요(온라인상담)



전화상담을 이용하세요

1899-4640



SNS 알레르기질환 정보를 만나보세요

 블로그 <https://blog.naver.com/allergyinfo>

 인스타그램 @bs_atopy

 유튜브 부산광역시 아토피·천식 교육정보센터



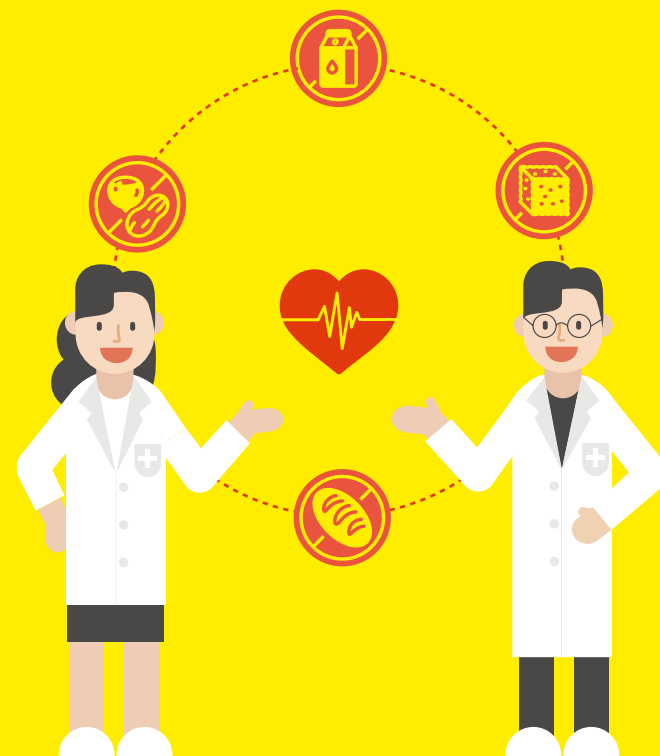
주소 부산광역시 서구 감천로 262 의과대학 강의동 1층

전화번호 051-241-4640 팩스 051-241-4648

이메일 allergycenter@allergyinfo.or.kr

아나필락시스

(급성중증과민반응)



부산광역시
아토피·천식 교육정보센터

🚒 아나필락시스 흔한 원인은?

식품



약물



기타



곤충독

🚒 아나필락시스를 예방하려면?

원인 확인

- 1 아나필락시스를 유발하는 원인물질을 파악합니다.
※ 정확한 진단과 환자의 안전을 위해 반드시 알레르기 전문의와 상의하시기 바랍니다.
- 2 응급 대처법을 숙지합니다.

회피

- 1 원인물질을 피합니다.
- 2 조리기구는 공유하지 않습니다.
- 3 교차반응 가능성이 있는 유발 물질을 피합니다.
- 4 병원, 약국 방문 시 아나필락시스 환자임을 알립니다.

응급 조치

- 아나필락시스가 생기면,
- 1 119에 연락하고, 주변에 도움을 청합니다.
 - 2 에피네프린을 가지고 있는 경우, 신속히 근육 주사합니다.

🚒 아나필락시스 응급대처법

음식, 약물, 벌독 등에 노출 후 알레르기쇼크 반응



자가주사용
에피네프린 사용법

1



평편한 곳에 눕습니다.

원인을 제거한 후
평편한 곳에 누히고 의식과
맥박, 호흡을 확인합니다.

2



119를 부릅니다.

119에 연락하고
주변에 도움을 청합니다.

3



에피네프린을 주사합니다.

에피네프린을 가지고 있으면
주사합니다. 다리를 올려
혈액순환을 유지합니다.

4



병원으로 이송합니다.

증상이 호전되었더라도
2차 반응이 올 수 있으므로
응급실로 이송합니다.

자가주사용 에피네프린 사용법

1



뽑는다

주사침이 나오는 부분을 아래로 향하게 주먹을
쥐듯이 한 손으로 잡고 위쪽에 있는 안전 캡을
다른 손으로 뽑습니다.

2



찌른다

허벅지 바깥쪽(전외측)에 수직방향으로 딸깍
소리가 날 때까지 강하게 밀어 넣습니다.
(옷을 입은 채 사용해도 됩니다.)

3



10초 유지

딸깍 소리가 난 후부터, 10초 동안 누른 상태를
유지합니다.

🚒 알레르기 유발식품 표시 대상

- 1 우리나라에서 유통되는 포장 식품 및 일부 대형 프랜차이즈
업체에서 판매하는 식품에는 흔한 알레르기 유발식품이
들어 있는지 표시되어 있습니다.
- 2 현재 우리나라에서 법령으로 정하여 꼭 표시하도록 되어
있는 식품은 총 22가지입니다.(2020년 1월 기준)
난류(가금류에 한함), 우유, 메밀, 땅콩, 대두, 밀, 고등어, 게,
새우, 돼지고기, 복숭아, 토마토, 아황산류(이를 첨가하여
최종제품에 SO₂로 10mg/kg 이상 함유한 경우에 한함),
호두, 닭고기, 쇠고기, 오징어, 조개류(굴, 전복, 홍합 포함),
잣 등 (2020년 1월 기준)

🚒 식품 라벨을 꼭 읽어야 하는 이유는?

- 1 식품알레르기 환자는 소량의 식품에 노출되어도 아나필락
시스 증상이 나타날 수 있습니다.
- 2 알레르기 유발식품을 철저히 피하기 위해 식품 라벨을 꼭
읽어야 합니다.

🚒 식품 라벨 읽는 방법

- 1 작은 글씨도 모두 읽습니다.
- 2 알레르기 식품의 다른 표현도 알아두어야 합니다.
(예를 들어, 우유는 카제인, 유청단백 등으로, 계란은 난백,
난황, 알부민 등으로 표기되어 있을 수 있습니다.)
- 3 성분이 유사한 식품도 알레르기를 유발할 수 있으므로 꼭
살펴야 합니다.(예를 들어, 우유와 산양유, 호두와 다른
견과류, 새우, 게와 바닷가재 등은 성분이 유사합니다.)
- 4 알레르기 식품으로 만든 2차 식품도 주의하여야 합니다.
(예를 들어, 우유로 만든 유제품, 알레르기 식품 유래 비타민
등이 있습니다.)
- 5 건강식품과 일부 의약품에도 알레르기 식품 성분이 포함
되어 있을 수 있습니다.
- 6 제조과정에서 알레르기 식품을 담았던 용기를 사용하는지도
확인하는 것이 안전합니다.